

Óvodába lépés előtt

Tájékoztató a bölcsőde és az óvoda határán

Hol tart most a gyerekünk?

- Mindenképpen érdemes beszélni a kisgyermeknevelőkkel, hogy ők hogyan látják gyermekünk fejlődését!
- Nem feltétlen az a kérdés, hogy már most rendelkezik-e mindennel, ami az óvodához szükséges, hanem hogy a gyerek jelenlegi képességei, rugalmassága mentén alkalmazkodni tud-e az óvodai környezethez.
- Mostani nevelési elveink, irányzatunk, a család napirendje illeszthető-e az óvodával (az óvoda szokás-szabályrendszere viszonylag rugalmatlan, sok mindenben a családnak, gyermeknek kell alkalmazkodnia, az óvodai csoportok létszáma sokkal magasabb, kevesebb az egy főre jutó figyelem)? Hány nap óvodába járás reális most, elbírja-e a gyermek az egész napos óvodát?

Szülő nyugalomával, melegségével bátorítani tudja a gyereket

- Használjuk ki az *egyedül* korszakot: bátorítsuk a gyereket az önállóságra.
- Lehet sírni – ez elsődleges gondozó eltávolodása szorongást okoz, az új helyen még idő kell a kötődés kialakulásához, a nehéz érzések természetesek.
- A távolság áthidalása (pl. átmeneti tárggyal: szeretett játék vagy akár a cumi is lehet)

Kapcsolat kiépítése az új gondozókkal (óvónők, dajka)

- Anamnézis lap, családlátogatás (ha van), ismerkedő nap, kommunikáció az óvónővel
- Gyerek felé is kommunikálni bizalmunkat az új gondozók kapcsán
- Bátorítani a gyereket a kapcsolat kiépítésére, óvónők felé terelni

Önállóságra nevelés (az óvodai környezet elvárásai nagy ugrást/változást jelent a gyerek életében)

- Önellátás (öltözés, mosdóhasználat, tisztálkodás, étkezés, orrfújás stb.)
- Szobatisztaság: Fontos elindulni az úton, mert az óvodában problémát jelen a pelenkázás, viszont a „kapkodás” az óvodakezdés előtt nem segíti a folyamatot. Érdemes segítséget kérni, konzultálni erről a gyermekkel foglalkozó szakemberekkel (esetleg korai fejlesztésben dolgozó szakemberrel).
- Tud-e segítséget kérni, tud-e szólni, ha baj van? Képes-e jelezni szükségleteit?
- Meg tudja-e nyugtatni önmagát? Hogyan? Mondjuk el az óvónőknek, hogy mi tudja megnyugtatni
- Késleltetés képessége (életkornak megfelelően) – tud-e várni a sorára?
- Érti és követi-e a csoportosan kiadott szóbeli instrukciót a gyermek?
- Van-e bizonyos mértékű tevékenységtudat vagy a tevékenységszervezés még teljesen örömelvű?
- Mennyire képes a gyermek a kooperációra (játék cseréje, elkérése; közös játék, elpakolás)

Lehet előre készülni

- Mesélhetünk a saját élményeinkről, saját óvodakezdésünkről, normalizálva a helyzetet (ha ez negatív vagy traumatikus, érdemes pszichológussal konzultálni már akár a beszoktatás előtt.)

- Ne legyen *mumus* az óvoda („az oviban ezt majd már nem lehet”), és ne is hozzuk fel túl gyakran az ovi témáját, hacsak a gyermek ezt magától nem kezdeményezi.
- Bölcsiből óvodába váltás, mint „munkahelyváltás” – mi lesz ugyanilyen, és miben lesz kicsit más?
- Mesekönyvek (könyvajánló mellékelve)
- Egyéb olvasott/hallgatott mese által az információ befogadásának segítése.

A szülők belső munkája

- Milyen volt a saját élményem az óvodáról?
- Milyen érzések merülnek fel bennem azzal kapcsolatban, hogy a gyerekem óvodás lesz?
- El tudom-e fogadni, hogy ez egy váltófutás: az óvoda ideje alatt az óvónők felelősek a gyerekemért, át tudom-e addig adni a stafétát?
- Ha a fenti kérdésekkel kapcsolatban negatív érzéseim vannak, nehézséggel töltenek el, érdemes erről beszélni: a párommal, a leendő óvónővel, az óvodapszichológussal néhány alkalmas nevelési tanácsadás keretében.

Beszokni vs. MEGszokni

- Sokszor elhangzik, hogy a beszkokás 1-2-3 hét, de megszokni az óvodát, új környezetet ennél sokkal hosszabb idő is lehet (gondoljunk bele, hogy felnőttként is hosszú idő teljesen otthonosan megérkezni egy új munkahelyre).

Beszoktatás közben: a búcsú

- Mi engedjük el, adjuk át, ne a gyereknek kelljen elengedni minket, és lehetőleg ne az óvónőnek kelljen „elragadnia” tőlünk
- Beszéljünk a gyerek életkorának megfelelően arról, mikor, ki fog érte jönni – és csak olyat ígérjünk, amit nagy valószínűséggel tartani is tudunk
- Köszönjük el, mielőtt elmennénk, ne „tűnjünk el”
- Legyünk kedvesek, de határozottak (Látom, hogy szomorú vagy, de most el kell mennem. Itt maradsz Gabi nénivel, de ebéd után/uzsonna után jövök érted.)
- Nem baj, ha a gyerek sír, ez természetes, jó, ha el tudjuk fogadni az érzéseit – a sírás segít a helyzet feszültségének feloldásában, kiadásában, és sokszor a szülők távozása után röviddel abba is marad.

Óvodai Nevelés Országos Alapprogramja

- https://net.jogtar.hu/jr/gen/hjegy_doc.cgi?docid=a1200363.kor
- fő feladatok:
 - az egészséges életmód alakítása,
 - az érzelmi, az erkölcsi és a közösség nevelés,
 - az anyanyelvi-, értelmi fejlesztés és nevelés megvalósítása

Ahol segítséget lehet kérni, ha szükséges

- Bölcsődében dolgozó pszichológustól
- **Keressék bizalommal a jövődöbeli óvoda óvodapszichológusát, akár még az óvoda megkezdése előtt!**
- Pedagógiai Szakszolgálat (pszichológiai, gyógypedagógiai, fejlesztőpedagógiai)
- Család- és Gyermekjóléti Központ
- Vadaskert Alapítvány