



Wiesz dlaczego dzieci są szczęśliwe?

Bo myślą tylko i wyłącznie o tym co TU i TERAZ.

Nie zamartwiają się przyszłością i przeszłością. Rób tak samo, a wszystko będzie dla Ciebie prostsze.

Bezpieczeństwo

Przyprowadzanie i odbieranie dzieci

- ◉ Do przedszkola przyprowadzane są wyłącznie dzieci zdrowe.
- ◉ Dzieci mogą przebywać w przedszkolu w godzinach zadeklarowanych przez rodzica na początku roku.
- ◉ Dzieci powinny być odbierane z przedszkola osobiście przez rodziców, bądź inne osoby pełnoletnie, pisemnie upoważnione przez rodziców.
- ◉ Upoważnienie takie jest skuteczne przez cały okres uczęszczania dziecka do przedszkola (aktualizowane każdego roku).
- ◉ Pisemne upoważnienie powinno zawierać imię, nazwisko, numer i serię dowodu osobistego oraz własnoręczny podpis osoby wskazanej przez rodziców.
- ◉ Dziecko może być odebrane przez osobę upoważnioną tylko za okazaniem dokumentu tożsamości.
- ◉ Życzenie rodziców dotyczące nie odbierania dziecka przez jednego z rodziców musi być poświadczane orzeczeniem sądowym.
- ◉ Obowiązkiem rodzica jest przekazanie nauczycielom aktualnych telefonów kontaktowych.

Druk upoważnienia znajduje się na naszej stronie internetowej w zakładce STERFA RODZICA.

Odpoczynek



Dzieci nie śpią, dzieci się ładują ☺

W naszym przedszkolu dzieci odpoczywają po obiedzie na leżakach.

Jeżeli Twoje dziecko nie śpi już w ciągu dnia, spróbuj po obiedzie namówić je na chwilę odpoczynku. Oczywiście nie musi spać, ale niech poleży sobie przez pół godziny słuchając muzyki, czy puszczanej z kasety bajki. Możesz mu też coś opowiedzieć albo przeczytać książeczkę (w naszym przedszkolu panie tak właśnie robią).



ŻYWIENIE



**W naszym przedszkolu dokładamy wszelkich starań,
aby dzieci były zdrowo żywione, dlatego:**

- ◉ **Warzywa i owoce** podawane są do każdego posiłku.
- ◉ Na drugie śniadanie dzieci dostają **owoce lub warzywa oraz sok (tłoczony, bez cukru).**
- ◉ W każdej sali udostępniona jest dla dzieci **woda.**
- ◉ Do obiadu (drugie danie) podajemy jednocześnie **dwa zestawy warzyw** – gotowane na parze (np. marchewka, fasolka, kalafior, groszek) oraz surówki warzywno-owocowe.
- ◉ Wykorzystujemy **kiełki i świeże zioła.**
- ◉ Ziemniaki staramy się zastępować **różnymi kaszami, ryżem lub makaronem pełnoziarnistym.**

- ⦿ Potrawy mięsne i rybne najczęściej są w postaci **gotowanej lub pieczonej**. Zawsze jest dokładka zupy.
- ⦿ Do kanapek częściej podajemy **pieczywo żytnie, bułki razowe**. Zawsze przygotowane są dokładki.
- ⦿ Przygotowujemy własną **wędlinę, pasty**.
- ⦿ Gotujemy **owsiankę i kaszę jaglaną** na mleku.
- ⦿ Przygotowujemy **budyń i kisiel własnej roboty**.
- ⦿ W przygotowywanych potrawach **unikamy cukru i soli**. Zamiennikiem dla białego cukru jest **cukier trzcinowy i miód**.
- ⦿ **Unikamy** produktów zawierających **konserwanty**.

- ◎ Staramy się nie podawać słodczy typu batoniki, słodkie bułeczki, ciasteczka, herbatniki. Jedyną „słodkością” jest **domowe ciasto** pieczone przez pracowników kuchni.
- ◎ Produkty potrzebne do przygotowania posiłków są **świeże** (kupowane codziennie), **wyselekcjonowane, wysokogatunkowe.**
- ◎ Dużą wagę przywiązujemy również do formy w jakiej podawane są nasze posiłki, aby były nie tylko wartościowe i odżywcze, ale również **smaczne oraz apetycznie wyglądały.**
- ◎ **Uwzględniamy indywidualne diety** związane z alergią (potwierdzone zaświadczeniem lekarskim).

Czy twoje dziecko jest dostatecznie samodzielne, żeby poradzić sobie w przedszkolu?

**Debiut w przedszkolu to nie łatwa sprawa.
Ale to co nowe, wcale nie musi być niedobre.
Do trudnych sytuacji trzeba po prostu siebie
i dziecko przygotować.**

**Czy twoje dziecko jest dostatecznie samodzielne,
żeby poradzić sobie w przedszkolu?**



Maluszek powinien:

- ⊙ **Umieć się samodzielnie załatwić, umyć ręce i buzię (choć czasami ktoś mu pomaga).**

Jeśli malec nie umie jeszcze sam się myć, przede wszystkim pokaż mu, do czego służy mydło i jak się odkręca kran.

Podpowiadaj kolejność wykonywanych czynności (najpierw moczymy, potem mydlimy, potem płuczemy, a dopiero na końcu wycieramy).

I koniecznie naucz dziecko, by zakręcało kran po myciu.

Czy twoje dziecko jest dostatecznie samodzielne,
żeby poradzić sobie w przedszkolu?



Maluszek powinien:

- ◎ **Sam jeść, choć nie robi tego sprawnie i szybko (panie będą mu pomagać, ale tylko trochę).**

Samodzielnym jedzeniem właściwie nie musisz zaprzętać sobie głowy. Twój maluch z pewnością doskonale wie, jak posługiwać się łyżką, tyle tylko, że do tej pory być może wcale nie musiał. Wystarczy więc, że przestaniesz go wyręczać.

Czy twoje dziecko jest dostatecznie samodzielne,
żeby poradzić sobie w przedszkolu?



Maluszek powinien:

- Umieć się ubrać i rozebrać, choć jeszcze nie całkiem samodzielnie (w razie potrzeby panie pomogą, ale przy 25 dzieciach może to długo trwać).

Ubieranie się - z tym zwykle jest najgorzej. Przede wszystkim nie pomagaj, jeśli nie jest to konieczne. Podpowiadaj właściwą kolejność (najpierw majtki, potem bluzka, spódniczka, buty na końcu). Ubieraj się razem z dzieckiem przed lustrem (mama wkłada sukienkę, córka robi to samo). A najlepiej zacznij od przejrzenia garderoby malucha. Czy nie za dużo tu sprzączek, guzików, sznurowadeł? Ułatwisz dziecku życie, jeśli zaopatrzysz je w luźne spodnie lub spódniczkę w gumkę, kurtkę na suwak, bluzkę zakładaną przez głowę (koniecznie z dużym dekoltem i szerokimi rękawami) i buty zapinane na rzepy.

Maluszek powinien również:

- ◎ **Jasno komunikować swoje potrzeby (próbować mówić zdaniami).**

Staraj się dużo rozmawiać, namawiaj malucha, by jasno mówił o co mu chodzi. Oczywiście Ty i tak to wiesz, ale pani w przedszkolu nie musi być taka domyślna. Zresztą ona nie zna twojego dziecka tak dobrze jak Ty.

Jeżeli dziecko ma zaległości w którejkolwiek z tych czynności, to ostatni dzwonek na naukę.



**Ale... nawet jeżeli nie będzie perfekcyjne...
to zawsze może być WYJĄTKOWE.**

Co potrzebne do przedszkola pierwszego dnia?

- ⊙ **Kapcie** z antypoślizgową podeszwą, łatwe do zakładania (rzepy, gumka, klamerka).
- ⊙ **Piżama** wciągana (warto od razu kupić dwie zmiany, będzie można wymieniać je do prania).
- ⊙ **Pościel** – tzn. śpiworek 120x60 lub koc w poszewce 160x200, mała poduszeczka.
- ⊙ **Przytulanka**, która pomoże w trudnych chwilach.
- ⊙ **Zapasowe ubrania** „na wszelki wypadek” w podpisanym woreczku (majtki, skarpetki, rajstopki, koszulki, spódniczka, spodnie, torebka plastikowa na brudne ubrania).
- ⊙ **Uśmiech** na buzi i dobry humor.

Worek i wszystkie ubrania dziecka muszą być podpisane.
Cała wyprawka na naszej stronie www.przedszkole306.pl

Rady dla rodziców

- ⦿ Niektórym przedszkolakom pomaga fotografia rodziców lub chusteczka w kieszonce pachnąca perfumami mamy.
- ⦿ Jeśli dziecko przy pożegnaniu z mamą płacze, może mniej bolesne będą rozstania z tatą.



- Jeśli dziecko nie płacze, ale nie bardzo chce Cię puścić, możesz poprosić, by pomachało Tobie przez okno.



- Może na początku odbieraj malucha po kilku godzinach, najlepiej tuż po obiedzie.

Ale mimo wszystko bądźcie przygotowani na:

- ❑ **Kryzys po kilku dniach bez protestów.**
- ❑ **Czasami agresywne zachowanie dziecka w domu.**
- ❑ **Objawy zmęczenia i senności u pełnego dotąd energii malca.**
- ❑ **Infekcję po dwóch, trzech tygodniach chodzenia do przedszkola.**

Zdarza się jednak, że mimo upływu czasu dziecko nadal rozpacza. Jeżeli ma dopiero trzy lata, możliwe, że po prostu jeszcze nie dojrzało do przedszkola.

PORADNIKI dla rodziców przyszłych przedszkolaków
znajdują się na naszej stronie internetowej.



Mama i tata poszli...
do pracy



Nie zamartwiaj się, że dziecko idzie do przedszkola. Nie bój się, że nie da sobie rady. Ono od razu **wyczuje Twoje nastroje.**

**Pamiętaj, że w naszej placówce
pracują osoby, których zadaniem
jest pomoc dziecku i jego
rodzinie w najłagodniejszym
pokonaniu trudnych, pierwszych
dni pobytu w przedszkolu.**

Współpraca z rodzicami



SMS-y zamiast bezpośredniej rozmowy. MMS-y zamiast prawdziwych fotografii. Video-spotkania i...
dotykowy ekran – zamiast bliskości.

4 filary dobrej współpracy:

1. **Wzajemne zaufanie**
2. **Wzajemna szczerłość**
3. **Cierpliwość i wyrozumiałość**
4. **Współdziałanie**

Dobra współpraca między przedszkolem a rodzicami dzieci to podstawa.

Drodzy rodzice,

Prosimy nie wierzyć we wszystko co dzieci mówią o naszym przedszkolu.

My zaś obiecujemy, że nie będziemy wierzyć we wszystko co dzieci mówią o Was.



KOMUNIKACJA

- ❑ Pierwsze zebranie organizacyjne odbędzie się na początku września. Zebrania są obowiązkowe. Prosimy o udział w spotkaniach bez dzieci.
- ❑ Wszystkie informacje zamieszczane są na naszej stronie internetowej www.przedszkole306.pl
- ❑ W celu szybkiej komunikacji udostępnimy Państwu możliwość kontaktu w aplikacji **ClassDojo**.
- ❑ W systemie iprzedszkole <https://iprzedszkole.progman.pl> można zgłaszać nieobecność dziecka oraz monitorować bieżące opłaty.

Kontakt z przedszkolem

p306@edu.um.warszawa.pl

tel. 22 834 82 13

Dyrektor – Anna Rudowska

e-mail: **arudowska@edu.um.warszawa.pl**

Kierownik gospodarczy – Grażyna Szewczyk-Partyka

e-mail: **gszewczyk@edu.um.warszawa.pl**

CO BY SIĘ NIE DZIAŁO



DAMY RADE!

**Pozytywne myślenie jest najważniejszą
przyczyną sukcesu 😊**