

PAGRINDINIAI PATARIMAI:

- Namuose laikykitės dienos režimo, panašaus į darželio. Apie darželį, vaikui girdint, kalbėkite tik teigiamai, linksmi. Vaikštinėdami lauke su vaiku, paprašykite, kad jis eitų šalia, nes darželyje mokytojai būna sunku suvaldyti būrį vaikų.
- Kuo anksčiau atpratinkite vaiką nuo sauskelnių.
- Palikdami vaiką grupėje, būtinai atsisveikinkite, nors jis ir verkėtų. Nerodykite vaikui savo jaudulio, o elkitės drąsiai, nes vaikas viską jaučia.
- Nerekėtų vaikui namuose kurti šiltnamio sąlygų, viską daryti už jį, nes pradėjęs lankyti darželį, vaikas patiria stresą. Padėkite vaikui suvokti, kad jis turi ne tik teises, bet ir pareigas.
- Taip pat adaptacijos procesą palengvina tėvų jausmų įvardinimas.
- Adaptaciją patiria ne tik vaikai, bet ir tėvai - mama, tėtis. Tėvai, nusprendę leisti vaiką į darželį, turi atsakyti sau į šiuos klausimus: „Ar aš tikrai esu pasiruošęs tam, kad dabar mano vaikas didesnę savo gyvenimo dalį praleis su kitais suaugusiais?“, „Ar aš pasitikiu įstaiga, į kurią atiduodu vaiką?“, „Ar aš pasitikiu pedagogu?“
- Gerbkite savo paties adaptaciją, nesigėdykite jos, klauskite visų ir visko, kas jums rūpi.
- Tėvai dažnai klausia, o ką daryti su tais vaiko jausmais? Atsakymas labai paprastas – leisti jiems būti. Priimti juos ir vaiką su visais jo jaučiamais jausmais.
- Būkite tikri, kad ašaros vaiko netraumuoja. Vaiką gali traumuoti tėvų netinkamas požiūris į jo verkimą, pvz., neleidimas verkti, gėdinimas ir pan. Tai, kad darželis yra saugi vieta vaikui, pirmiausiai turi patikėti mama.
- Taip pat drauge skaitykite knygeles, kuriose knygų veikėjai su mama atsisveikina ir vėl su ja susitinka.
- „Namų darbai“ 50 proc. vaiko adaptacijos sėkmės lemia tinkamas tėvų pasiruošimas darželiui.

Parengė:

Pedagogų metodinė grupė

ADAPTACIJOS STRATEGIJA

Mes rekomenduojame:

adaptacijos procesą organizuoti grupės patalpose tėvams/globėjams dalyvaujant labai trumpą laiką.

Tačiau kiekvieną situaciją pedagogai įvertins individualiai, atsižvelgdami į kiekvienos šeimos poreikius, vaiko jautrumą ir brandą.

Todėl esant poreikiui, **galėsite: Pirmą dieną** kartu su vaiku ateiti po pusryčių ir praleisti darželyje apie dvi valandas.

Antrą dieną, kartu su vaiku grupėje praleisti 1 valandą, o po to jį palikti vieną kelioms valandoms.

Trečią dieną, kartu pabūsime apie pusvalandį ir paliksime vaiką pusei dienos.

Esant palankioms oro sąlygoms adaptacijos bei ugdymo procesą organizuosime lauke.

SVARBIAUSIA:

- Tėvai į darželį atveda tik sveikus vaikus.
- Kadangi vaikai eina į lauką kasdien, tėvai pasirūpina, kad vaikai turėtų įvairioms oro sąlygoms pritaikytus drabužius ir avalynę, vaikui lengvai užsegamus, apaunamus.
- Kad ir kaip mūsų mažieji mėgtų saldumynus bei gaiviuosius gėrimus, maloniai prašome tėvų neduoti jų savo vaikams einant į darželį.



PATARIMAI TĖVAMS DĖL VAIKŲ ADAPTACIJOS DARŽELYJE

ADRESAS IR KONTAKTAI:

Kalviškių g. 1, Vilnius LT-02206

Tel. (8-5) 23 58 355

el. p. rastine@salininkai.vilnius.lm.lt

salininkaidarzelis@gmail.com

Vilnius, 2023

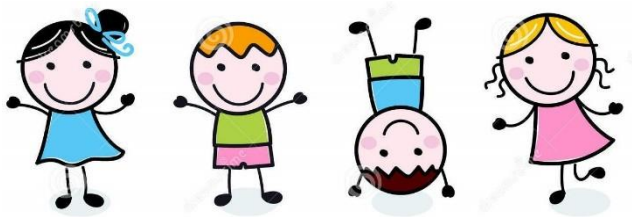
Ikimokyklinėje įstaigoje vaikui tenka priprasti prie naujos dienotvarkės, grupės draugų, nepažįstamų žmonių, naujų veiklos formų. Kaip vaikas priims naują aplinką bei žmones, priklauso nuo individualių mažylio savybių.

Adaptacijos laikotarpis kiekvienam vaikui trunka nevienodai. Adaptacijos procesas dažniausiai tęsiasi nuo 2 savaičių iki 2 mėnesių, kartais net pusę metų. Paprastai grupėje būna keli ypač sunkiai išsiskyrimą su mama išgyvenantys vaikai, bei 2-3 labai lengvai prisitaikantys vaikai.

8 pamokos, kaip pripratinti prie darželio

Pataria psichologė Lina Cirtautienė

1 PAMOKA. Iš anksto pasakokite apie savo sprendimą. Vaikas jaustųsi saugesnis, jei dar iki pradėdamas lankyti darželį, kartu su jumis nueitų pasivaikščioti po savo darželio kiemą, o artėjant lankymo datai, nueitų ir į grupę, susipažintų su auklėtoja. Pasakokite vaikui, kokia bus jo dienotvarkė, ką jis kartu su kitais vaikais veiks, kas pasikeis jo dienoje.



2 PAMOKA. Negąsdinkite vaiko darželiu. Ar teko kada girdėti „jei neklausysi, nuvesiu tave į darželį ir paliksiu“? Kai darželį prilyginame bausmei, ar vis dar drįstame tikėtis lengvos vaiko adaptacijos? Arba – neįauja vaikas noriai pasiliks darželyje, jei nebus tikras, ar vakare jūs ateisite jo pasiimti? Verčiau pasidžiaukite – „tu užaugai jau toks didelis, kad net galėsi eiti į darželį“. Vaikui bus malonu girdėti, tiesa?

3 PAMOKA. Vaikui girdint neabejokite dėl savo sprendimo, neaptarinėkite galimų sunkumų darželyje. Jei apsisprendėte leisti vaiką į darželį – būkite ryžtingi. Teko stebėti vienos mamos ir vaiko dramą darželio rūbinėje – mama nerimastingai blaškėsi – čia įeidavo į grupę, čia vėl grįždavo į rubinę. Tai pakalbindavo savo mergaitę, tai vėl stumdavo ją į vaikų būrį. Kaip jums atrodo, ką veikė mergaitė? Žinoma, kad verkė. Argi jums nebūtų baisu matyti sutrikusį jums brangiausią žmogų?

4 PAMOKA. Atkreipkite dėmesį į vaiko dienos režimą ir mitybą. Pratinkite vaiką atsibusti valandą ar pusantros anksčiau iki numatyto laiko, kai jūs išeisite iš namų į darželį. Jei jūsų vaikas jau nebemiega dieną, išmokykite jį bent jau ramiai vieną pagulėti lovoje. Stenkitės bent kurį laiką vaikui siūlyti maistą, panašų kaip darželyje, neduokite maisto tarp maitinimų, rekomenduojamas tarpas 3,5 val. tarp maitinimu, kad atprastų užkandžiauti.

5 PAMOKA. Grūdinkite vaiką. Leiskite vaikui namuose ar vasarą gamtoje vaikščioti basomis. Labai naudingos vandens procedūros (dušas, vonia, ežeras, baseinas, jūra). Palaiapsniui pratinkite vaiką prie šaltesnių gėrimų (pienas ar sultys iš šaldytuvo). Liesdami valgyti ledus ne vien pataikaujame savo smaližiams, bet ir pratiname prie temperatūrų skirtumų.

6 PAMOKA. Pratinkite bent trumpam vaiką palikti. Kad adaptacija būtų lengvesnė, kiek galėdami anksčiau pratinkite bent trumpam vaiką palikti kitiems. Jokiu būdu nesislėpkite, jog išeinate, priešingai – susikurkite atsisveikinimo ritualą (apsikabinti, pabučiuoti, pamojuoti pro langą) ir būtinai vaikui paaiškinkite, kada sugrįšite.

7 PAMOKA. Kartais geriau, kai vaiką į darželį atveda ne mama. Jei vaiko ir mamos ryšys labai stiprus, ir mažylis verkia jai išeinant, tegul tėtis ar močiutė pabando vesti vaiką į darželį.

8 PAMOKA. Padėkite vaikui susidraugauti su bendraamžiais. Išmokykite vaiką teisingai pasisveikinti su vaikais, siūlyti vaikams savo žaisliukus, paprašyti leidimo žaisti su jais, teisingai reaguoti į neigiamą atsakymą, atrasti kompromisus. Išmokykite vaiką išsinešti į kiemą, o vėliau ir į vaikų darželį tik tuos žaislus, kuriais jis pasiruošęs dalintis su draugais.