

# VAIKO ADAPTACIJA DARŽELYJE



## PATARIMAI, RUOŠIANT VAIKĄ Į DARŽELĮ:

- Nusiteikite patys būsimiems pasikeitimams Jūsų šeimoje, tvirtai apsispręskite – jūsų vaikui jau laikas lankyti darželį.
- Susipažinkite su darželio aplinka ir pasitikėkite darželio ugdymo programa, dirbančiais pedagogais ir personalu. Jūsų nusiteikimas labai svarbus vaiko susipažinimui su darželiu.
- Pradėkite ruošti vaiką darželiui prieš kelis mėnesius: papasakokite vaikui nuo kada jis pradės lankyti darželį, o kad būtų dar aiškiau susiekite šį įvykį su pasikeitimais gamtoje ar nekasdieniais įvykiais vaiko gyvenime.
- Pratinkite vaiką prie darželio režimo, pvz., tuo pačiu laiku pietauti, eiti pietų miego, tuo pačiu laiku gulti ir keltis.
- Su vaiku apsilankykite būsimoje grupėje, žaidimo aikštelėje, susipažinkite su aplinka, pedagogais – pabendraukite, pažaiskite.
- Jei anksčiau niekada ilgesniam laikui nebuvote su vaiku išsiskyre, pratinkite jį pabūti kurį laiką su kitu žmogumi (pvz., močiute, kaimyne, drauge ar kt.) dar prieš pradėdami leisti į ugdymo įstaigą.
- Mokykitės atsisveikinimo ritualo: apkabinkite, pabučiuokite, pamojuokite, būkite linksmai nusiteikę. Niekada nepalikite vaiko neatsisveikinę.
- Nepalikite vaiko iš karto visai dienai. Palikimo laiką geriausia ilginti pamažu. Taip pat svarbu apie darželį kalbėtis namuose: kas patinka, kas ne.
- Po ilgesnio išsiskyrimo džiaugsmingai pasisveikinkite su vaiku: apkabinkite, pamyluokite, drauge pasidžiaukite susitikimu, paprašykite papasakoti ką nuveikė, kol Jūsų nebuvo šalia.
- Nežadėkite vaikui to, ko negalite įvykdyti, pvz.: pasiimti jį prieš pietų miegą ar praleisti su juo visą dieną grupėje.
- Visada laikykitės duoto žodžio – taip įgausite vaiko pasitikėjimą ir jis jausis saugus.

**Adaptacijos periodu ypač svarbu Jūsų dėmesys ir meilė.**



**Parengė • dietistė Gabija Paulina Juodagalvė**

*Pagrindinis adaptacijos uždavinys – padėti vaikams prierašumą motinai pakeisti prierašumu kitam asmeniui darželyje. Vaikui svarbu susipažinti ir susidraugauti su kitu suaugusiu žmogumi – auklėtoja. Patariama būti dėmesingais, tačiau aktyviai nesiūlyti vaikui veiklos, svarbu duoti vaikui laiko apsiprasti su darželio aplinka.*

*Vaikui reikia suteikti galimybę pačiam nustatyti ryšio užmezgimo su auklėtoja ir įsitraukimo į veiklą tempą. Visada atsisveikinkite su vaiku, išeidami iš grupės, niekada nepabėkite slapčiomis, nes galite prarasti vaiko pasitikėjimą*

Vakare nepamirškite gerą valandą laiko skirti tik mažiui, kad intensyvaus bendravimo dėka stiprėtų mamą, tėtį ir vaiką jungiantys saitai.

Visada pasidomėkite, kaip jūsų vaikui sekasi, kaip keičiasi jo elgesys, kokių sunkumų patiria, kartu aiškinkitės priežastis.

Knygynuose galite rasti gražiai iliustruotų knygelių apie mažylių ruošimąsi lankyti darželį.

Jei atsiskyrimo nerimas tęsiasi labai ilgai ir trukdo vaikui kasdieniame gyvenime (sutrinka miegas, maitinimasis, kalba, labai stipriai keičiasi elgesys) vertėtų pagalbos kreiptis į psichologę.

Po darželio pirmaisiais mėnesiais patariama keliauti namo. Buvimas darželyje vargina, po darželio, geriausia eiti namo, ramiai ir neskubant, nesistengti apkrauti vaiko naujais įspūdžiais: žaidimo kambariais, parduotuvėmis, kompiuteriais ar televizoriais.

Vaikui reikia tylos ir ramybės, pasivaikščiojimo lauke.

