

### **Rekomendacijos pradedantiems lankyti darželį**

Artėja Jūsų vaikučių naujo gyvenimo etapo pradžia. Tai ypatingas ir kupinas emocijų laikotarpis. Be abejo, šalia džiugių naujovių pojūčio akimirkų rusena ir mažas nerimas: kaip seksis Jūsų mažyliui – naujam mūsų darželio lankytojui?

Siekdami palengvinti vaikučių ir Jūsų šeimų adaptacijos laikotarpį, norime pasidalinti mintimis, patirtimi bei praktinėmis rekomendacijomis.

### **Vaikų adaptacija ikimokyklinėje grupėje**

Pradėjus lankyti darželį, mažylio gyvenimo sąlygos pasikeičia, jis patiria daug naujų emocijų. Tėveliams labai svarbu žinoti, kad adaptacijos laikotarpis kiekvienam vaikui trunka nevienodai. Adaptacija darželyje gali trukti savaitę, dvi ir ilgiau, gali būti lengva, vidutinio sunkumo ir sunki - priklausomai nuo kiekvieno vaiko individualių savybių. Todėl tėveliai ruošti vaikus darželiui turi iš anksto.

Pradėjęs lankyti darželį vaikas stresuoja, nes tenka atsiskirti nuo šeimos, pasikeičia aplinka. Mažylis verkia, protestuoja, ilgisi tėvų bei namų šilumos, kol po truputį apsiranta ir pradeda jaustis saugus. Svarbiausias įvykis darželyje vaikui - susipažinimas su bendraamžiais ir auklėtojais.

### **Reikia žinoti, jog:**

1. Šeimos ir pedagogų uždavinys - palengvinti vaikų prisitaikymą prie naujų augimo aplinkybių.
2. Šeimos ir pedagogų sąveika adaptacijos laikotarpiu labai svarbi. 1,5-3 metų vaikai labai prisirišę prie artimųjų, tad išgyvena stiprų išsiskyrimo nerimą.
3. Būdami kolektyve, vaikai greičiau įpranta bendrauti su bendraamžiais, greičiau tampa savarankiški, įgyja svarbias socialines kompetencijas, išmoksta kovoti dėl savo norų, tikslų ir saugumo.
4. Vaiką darželiui reikia ruošti iš anksto. Suvokti, kad ašaros ir liūdesys - normali Jūsų vaiko reakcija į išsiskyrimą su Jumis. Tokia reakcija praeina tuomet, kai vaikas užsiima kita veikla.

Atminkite, kad vieni kitus suprasdami, padėdami vienas kitam, padėsime vaikams greičiau įveikti adaptacinį laikotarpį. Tuomet vaikai darželyje jausis saugūs, mylimi, pasitiks ir išlydės tėvelius su šypsena, tuomet ir šaltos rudens dienos taps šiltos ir saulėtos.

### **Patarimai tėvams, ruošiant vaiką į darželį:**

- pirmiausia būsimiems pasikeitimams nusiteikite patys. Įsitikinkite ar tikrai este pasiruošę išleisti savo mažylį į ugdymo įstaigą. Naujam etapui reikėtų ruoštis įvairiais būdais: 3-4 mėnesius prieš pradėdami lankyti ugdymo įstaigą kalbėkite su vaiku apie tai, ką jis veiks, su kuo bendraus, žais, kur mama ir tėtis tuo metu bus;
- būkite kantrūs ir atminkite, kad priprasti prie bet kokių pokyčių reikia laiko, nes visi esame skirtingo būdo, charakterio ir temperamento;
- susitarkite su mintimi, jog teks ilgesniam laikui su juo išsiskirti;
- venkite išankstinės neigiamos nuostatos, viskam turėkite teigiamą požiūrį, nes nuo jo priklausys vaiko noras lankyti darželį;
- ruoškite darželiui savo vaiką iš anksto: aptarkite su juo, nuo kada jis pradės ten eiti, siedami tą laiką su gamtos pasikeitimais (baigiasi vasara, atkeliauja ruduo, Rugsėjo 1-oji – visi vaikučiai eina į mokyklą...);
- jeigu vaiko dienos ritmas skiriasi nuo darželio, pamažu jį keiskite, kad vaikas priprastų;
- jei galima, su vaiku apsilankykite darželyje, grupėje, kurią lankys Jūsų vaikas. Kartu susipažinkite su aplinka;

- prieš išsiskirdami su vaiku ilgesniam laikui, ruoškite jį po truputį - kelioms valandoms palikite su kitais šeimos nariais;
- nusistatykite įprastą tvarką ruošti į darželį: pasiteiraukite vaiko, kokiais drabužėliais jis nori vilkėti, gal nori pasiimti mėgstamą žaislą;
- nežadėkite vaikams to, ko negalite įvykdyti, pvz.: pasiimti jį prieš pietų miegą ar praleisti su juo visą dieną grupėje. Atminkite, kad ribas turite nustatyti Jūs ir, kiek tai įmanoma, jų turi laikytis visi šeimos nariai;
- pažadėję ateiti sutartu laiku, laikykitės duoto žodžio. Taip įgausite vaiko pasitikėjimą, jis jausis saugus, ramiai lauks, kol ateisite jo pasiimti;
- nepalikite savo vaiko darželyje slapčiomis, neatsisveikinę. Atsisveikinkite meiliai, bet ryžtingai;
- parsivedę vaiką namo, nepalikite jo vieno. Raskite laiko pabūti su juo;

Atminkite, kad šiuo metu Jūsų vaikui reikės dar daugiau palaikymo, apkabinių ir meilės.

#### **Pirmomis dienomis:**

- vaiką į darželį patartina vesti tam šeimos nariui, prie kurio mažylis yra mažiau prisirišęs;
- leiskite mažyliui pačiam pasirinkti ir į grupę atsinešti mėgstamą žaisliuką;
- pirmą dieną vaikui įdomu, bet pasilikti jis vienas nenori. Pabūkite su juo truputį, kol apsipras;
- kelias dienas vaiką darželyje palikite ne ilgiau kaip iki pietų;
- palikdami vaiką grupėje pasakykite, kada ateisite jo pasiimti (kai pamiegosi, pavalgysi);
- neužsibūkite, atvedę vaiką, nes ilgas atsisveikinimas vaikui būna labai sunkus;
- atsisveikindami perteikite teigiamas emocijas, nusišypsokite;

#### **Jūsų vaikas darželyje privalo turėti:**

- papildomą rūbėlių komplektą (apatinius ir viršutinius rūbėlius);
- avalynę, skirtą avėti grupėje tvirtu, neslidžiu padu ir leidžiančią pėdai kvėpuoti;
- sauskelnes (jei naudoja);
- seilėnuką (jei naudoja);
- pižamą ar naktinukus;
- vasarą kepurę ar skarelę nuo saulės;

Galima atsinešti gertuvę vandeniui /arbatėlei ir „miego žaisliuką“.

Nerekomenduojama nešti žaislų, o jei atsinešate – būkite pasiruošę juo dalintis su draugais ir supraskite, kad gali nutikti ir taip, kad žaisliukas sulūš ir namo nebeparkelias.

#### **Atmintinė tėvams:**

1. Lopšelis-darželis dirba nuo 7:30 iki 18:00 val., budinti grupė nuo 7:00 iki 18:30 val.
2. Vaikai priimami iki 8:30 val., išskirtiniais atvejais vedant vaiką vėliau, informuoti grupės auklėtoją.
3. Neatvykus vaikui į darželį, nebuvimo priežastį pranešti grupės auklėtojai einamąją dieną iki 8:30 val.
4. Į įstaigą tėvai turi atvesti tvarkingai aprengtą vaiką. Vaiko spintelėje turi būti maišelis su švariais rūbais, jei reikia sauskelnės, šukos, avalynė.
5. Pirmąją adaptacijos savaitę tėvai, norintys pabūti kartu su savo vaiku grupėje ir suderinę su auklėtoja (jei nėra karantino ir ekstremalios situacijos) turi persiauti avalynę. Tėvai grupėje leidžiami būti ne ilgiau, kaip 1 val.
6. Neleidžiama vesti/priimti vaikus, turinčius ūmių užkrečiamų ligų požymių (karščiuoja, skundžiasi skausmu, viduriuoja, vemia, aštriai kosti, yra pūlingų išskyrių iš nosies, turinčių utėlių ir gliūdų).

7. Po ligos vaikas į darželį priimamas tik su gydytojo pažyma.
8. Priimant vaiką į ikimokyklinio ugdymo įstaigą, kiekvienais metais iki rugsėjo 10 d. turi pateikti vaiko sveikatos pažymą.
9. Mokestį už vaiko išlaikymą ikimokyklinio ugdymo įstaigoje mokėti iki einamojo mėnesio 25 dienos.
10. Vaikui susirgus ar įvykus traumai, tėvai informuojami ir nedelsiant privalo pasiimti vaiką iš ugdymo įstaigos.
11. Įstaigoje vaikams draudžiama duoti bet kokius medikamentus.
12. Abipusė pagarba ir supratimas – labai svarbūs kokybiškam bendravimui ir bendradarbiavimui. Todėl prašome nespřesti kilusių konfliktinių situacijų vaikams esant šalia, nekomentuoti auklėtojų ir kitų darželio darbuotojų elgesio vaikui girdint, nekalbėti pakeltu tonu.

**Administracija**