***Patarimai tėvams kaip palengvinti vaiko adaptaciją darželyje***



*GERBIAMI TĖVELIAI, MANOME, KAD ŠIE PATARIMAI PADĖS JUMS IR JŪSŲ VAIKUI PRADEDANT LANKYTI DARŽELĮ*

***PATARIMAI TĖVAMS***

* Tvirtai apsispręskite, kad Jūsų vaikas lankys darželį.
* Nusiteikite, kad pradėjus lankyti darželį ne tik vaikui, bet ir visai šeimai teks priprasti prie pasikeitimų. Pokyčių metu gali būti sunku. Tai – normalu.
* Susitaikykite, kad teks ilgesniam laikui išsiskirti su vaiku.
* Kelias pirmas savaites Jūsų vaikas gali būti irzlesnis, mažiau miegoti, prarasti apetitą. Tai normalu ir pripratus prie darželio viskas grįš į savo vėžes.
* Kol vaikas pripras lankyti darželį, pasirūpinkite, kad vaiko gyvenime būtų kuo mažiau pokyčių. Tai nėra tinkamas metas kraustytis į kitus namus, įsigyti augintinį ir pan.
* Pabendraukite su panašaus amžiaus vaikų Tėveliais, kurių vaikai sėkmingai įveikė šį laikotarpį.
* Pasitikėkite darželio veiklos ir ugdymo programa ir personalu.
* Atminkite, kad nuo Jūsų nuostatos į darželį priklausys ir Jūsų vaiko nusiteikimas lankyti darželį.

***PASIRUOŠIMAS***

* Vaiką darželiui ruošti pradėkite kuo anksčiau. Jeigu Jūsų vaiko dienos ritmas skiriasi nuo darželio, palaipsniui keiskite jį ir pratinkite prie darželio ritmo. Tada jūsų vaikas, pradėjęs lankyti darželį, galės lengviau orientuotis ir žinos, kada ateisite jo pasiimti.
* Ugdykite vaiko savarankiškumą. Mokykite jį apsirengti, sėsti ant puoduko, savarankiškai valgyti.
* Prieš pradedant lankyti darželį, trumpam apsilankykite darželio grupėje, kurią lankys Jūsų vaikas. Susipažinkite su aplinka, auklėtojomis.
* Namuose su vaiku žaiskite žaidimus apie darželį. Žaidimai padės vaikui suprasti koks yra darželio dienos ritmas, vaikas žinos ko tikėtis patekęs į darželio aplinką.
* Dažnai pasakokite vaikui apie darželį. Paminėkite kaip vaikams smagu žaisti, būti drauge. Pasakokite, kad darželyje visada padeda auklėtoja.
* Prieš išsiskiriant su vaiku ilgesniam laikui, ruoškite jį tam nuo trumpalaikių išsiskyrimų. Tegul su juo ilgesniam laikui pasilieka kiti šeimos nariai ar draugai, kurie padeda rūpintis vaiku.
* Iš anksto aptarkite su vaiku nuo kada jis pradės lankyti darželį, siedami tai su pasikeisimais gamtoje (kai kris lapai nuo medžių, ateis ruduo ir pan.), Vaikas, stebėdamas gamtos pokyčius, lengviau orientuosis, kada eis į darželį. Kalbėkite su vaikais apie tai, kad Jūs eisite į darbą.
* Atminkite, kad priprasti prie pasikeitimų pradėjus lankyti darželį reikalingas laikas. Vieniems jo reikia mažiau, o kitiems - daugiau, nes visi mes esame skirtingo būdo, charakterio, temperamento.

***EINANT Į DARŽELĮ***

* Pasirūpinkite, kad kiekvienas rytas einant į darželį būtų kuo sklandesnis. Iš vakaro kartu su vaiku viską suruoškite rytdienai. Ryte vaiką pažadinkite tokiu metu, kad jis dar spėtų papusryčiauti, nereiktų skubėti.
* Aptarkite su vaiku, gal jis pageidautų pasiimti į darželį savo mėgstamą žaislą, knygelę, šeimos nuotrauką ar ką kitą.
* Lydėdami vaiką į darželį, būkite nusiteikę entuziastingai ir linksmai.

***PIRMOSIOS DIENOS DARŽELYJE***

* Pirmą dieną vaikui darželyje įdomu, bet pasilikti vienas jis čia nenorėtų. Jūs galite su juo pasilikti, bet neužsibūkite per ilgai.
* Prieš palikdami vaiką darželyje BŪTINAI su juo atsisveikinkite. Apsikabinkite, pamojuokite. Atsisveikinant būkite draugiški, bet ryžtingi.
* Pasakykite vaikui, kada ateisite jo pasiimti, išaiškindami tai jam suprantama forma (kai pamiegosi, kai po vakarienės išeisite į lauką ir pan.)
* Pažadėję ateiti sutartu laiku, laikykitės duoto žodžio, tokiu būdu įgysite savo vaiko pasitikėjimą, jis bus ramus ir saugus laukdamas.
* Sugrįžę po išsiskyrimo, džiaugsmingai pasisveikinkite su savo vaiku – apkabinkite, pabučiuokite, pasidžiaukite susitikimu.
* Natūralu, kad išsiskiriant su vaiku ir Jums gali kilti emocijos. Stenkitės jas suvaldyti. Būkite džiaugsmingi, entuziastingi. Vaikai jaučia tėvų nerimą net per atstumą. Kai tėvai nerimauja, vaikams būna sunkiau pasilikti darželyje.

***PO DARŽELIO***

* Domėkitės kaip Jūsų vaikui sekasi, kokius įgūdžius reiktų lavinti, kad darželyje sektųsi geriau.
* Parsivedę vaiką iš darželio, nepalikite jo vieno žaisti. Nustumkite savo kasdienius rūpesčius į šalį, kokybiškai praleiskite laiką su savo vaiku, padūkite, skirkite jam dėmesio.
* Kasdien klauskite vaiko kaip jam sekėsi darželyje, būkite dėmesingi.
* Mokykite vaiką savarankiškumo įgūdžių (nusirengti, apsirengti, nusiplauti rankytes, nueiti ant puoduko, savarankiškai valgyti)
* Žaiskite su vaiku įvairias nenumatytas situacijas, pavyzdžiui, kai mama vėluoja pasiimti iš darželio, kai darželyje vaikas užsigauna, kai vyksta į išvyką.

***PAGALBA***

Jei adaptacijos darželyje metu Jums ar Jūsų vaikui kyla sunkumų, visuomet galite kreiptis į grupės mokytoją.

Taip pat darželyje dirba pagalbos vaikui ir tėvams specialistai:

Psichologė Aušra: [*psichologe.puriena@gmail.com*](mailto:psichologe.puriena@gmail.com)

Socialinė pedagogė Violeta: [*soc.puriena@gmail.com*](mailto:soc.puriena@gmail.com)