

Ата-аналарға арналған жадынама
«Баланы балабақшаға бермес бұрын ата-аналар не білуі керек».
Педагог-психолог Айтмағамбетова З.М.

Балабақшаға бейімделу процесін жеңілдету және жеделдету үшін баланы алдын-ала дайындау керек. Ол үшін Балабақшаға барар алдында шамамен 2-3 ай бұрын келесі ұсыныстарды орындаңыз:

1.Тәуелсіздік. Ересек адамның қамқорлығы мен көмегіне мұқтаж емес балалар балабақшаға тезірек үйренетіні байқалады. Балабақшаға кірген кезде баланың өзі тыныш киініп, шешініп, өздігінен тамақ ішіп, кастрюльге баруы керек. Сіздің балаңыздың тәуелсіздігі неғұрлым көп болса, оған бейімделу оңайырақ болады.

2.Жаман әдеттер жоқ! Емізіктер мен жөргектер ерте балалық шақта қалуы керек. Сүйікті емізігі болмаса, бала балабақшада өзін ыңғайсыз сезінеді, ал жөргектер баланың гигиеналық дағдыларының қалыпты дамуына кедергі келтіреді. Емшекпен емізу туралы бөлек айту керек. Кеудеге жағу процесі баланы тыныштандырады, оған қамқорлық пен қорғаным сезімін береді, бірақ балабақшада анасымен құшақтасу мүмкіндігінен айырылған бала не істейді? Уайымдау және қобалжу. Балабақшаға барудың басында баланы емшек сүтімен емізу керек.

3.Бала күнінің режимі балабақша режиміне жақын болуы керек. Бала балабақшаға келгенде, оған бейімделу оңайырақ болады, өйткені ол әдеттегі тәртіпке түседі. Таңғы ас 8.00-ден 9.00-ге дейін, 9.00-ден 10.00-ге дейін ойын уақыты, 10.00-ден 11.30-ға дейін серуендеңіз, 12.00-ден 12.30-ға дейін тамақтаныңыз. 12.30 - дан 15.00-ге дейін күндізгі ұйқы, содан кейін түстен кейінгі тағамдар және бос уақыт қажет. Егер сіздің балаңыз күндіз ұйықтамаса, оны осы уақытты төсекте өткізуге үйретіңіз. Мультфильмдерді қараңыз, кітап оқыңыз, ойнаңыз. Баланың күндізгі демалысқа үйренуі маңызды.

4.Тамақтануды әртараптандырыңыз. Суфле, кәстрөлдер, жарма және сүт сорпалары, омлет, бұқтырылған тағамдар мен балық тағамдары сіздің диетанызға еніп, балаға таныс тағамға айналуы керек

5.Баланы өз іс-әрекетін ұйымдастыруға үйретіңіз. Қиындықсыз өздерін қалай ұстау керектігін білетін балалар бейімделу процесіне оңай шыдайды. Балаңызды ойнауға үйретіңіз. Сіз дұрыс естідіңіз. Баланы ойнауға үйрету керек. Егер сіз оған керемет ұшақ немесе теміржол, текшелер немесе қуыршақ сатып алып, онымен қалай ойнауға болатынын көрсетпесеңіз, онда баланың өзі ешқашан үйренбейді. Қолыңызда қағаз бен қарындаш, пластилин немесе доп болса, уақытты қалай керемет өткізуге

болатындығын көрсетіңіз. Балаңыздың бос уақыты әр түрлі болсын және тек мультфильмдерді немесе дамытушы компьютерлік ойындарды көруден тұрмасын

6.Басқа балалармен қарым-қатынас. Егер сіз балабақшаға келгенге дейін балаңыздың әлеуметтік шеңберін кеңейтсеңіз, бұл өте жақсы. Алаңда серуендеңіз, балалар орталықтарына барыңыз, балаңызға мүмкіндігінше бейтаныс балалармен араласуға мүмкіндік беріңіз, содан кейін оған балабақша тобындағы балалармен ортақ тіл табу оңайырақ болады.

7.Балабақшада-мереке сияқты. Балабақшаға үйрену барысында ата-аналардың көңіл-күйі маңызды. Егер сіз алаңдасаңыз, алдағы оқиға туралы алаңдасаңыз, онда сіздің толқуыңыз балаға беріледі. Балаңыздың тәуелсіз өміріне алғашқы қадам жасағанына қуаныңыз. Балабақшада ол өзіне жаңа достар мен хобби тауып, көптеген жаңа және қызықты нәрселерді білетініне қуаныңыз. Балабақшаға баруды бастау сіздің бүкіл отбасыңыз үшін маңызды және жағымды оқиға болсын.

8. Иммунитетті күшейтіңіз. Баланың бейімделу процесінде сезінетін стресстің фонында ауруларға бейімділіктің жоғарылауы мүмкін. Баланың иммунитеті мен стресске төзімділігін арттыру үшін дәрумендер ішіңіз, әр түрлі тамақтаныңыз, баланы қатайтыңыз.

9. Балабақшаға біртіндеп кіру. Айта кету керек ең маңызды мәселе. Баланың балабақшаға үйренуі процесс ұзақ және біртіндеп жүреді. Біреу тез үйреніп кетеді, ал біреу ұзағырақ уақытты қажет етеді. Сондықтан алғашқы екі-үш айда жұмысқа баруды жоспарламауға тырысыңыз. Сізде балаңыздың қажеттіліктеріне бейімделу мүмкіндігі болуы керек.

10.Сенім. Мұғалімдермен, топпен танысыңыз. Тәрбиешілерге балаңыздың ерекшеліктері, оның әдеттері, сүйікті ойыншықтары туралы айтыңыз. Егер оның өмірін арнайы ұйымдастыруды қажет ететін аурулар болса, осы ақпаратты да хабарлаңыз. Мұғалімдердің кеңестері мен ұсыныстарын тыңдаңыз. Біз әр балаға жеке көзқарас табуға тырысамыз және оған балабақша кеңістігіне ыңғайлы және ауыртпалықсыз кіруді қамтамасыз етеміз.