



Баланың балабақшаға, демек, жаңа әлеуметтік жағдайларға бейімделуі кейде ауыртпалық тудырады. Баланың балабақша табалдырығын ауыртпалықсыз аттап, жаңа талаптарға оңай әрі тез үйренуі үшін оны алдын ала дайындау керек. Бұл жерде психологтың кеңестері пайдалы:

- Табысты бейімделудің қажетті шарты- ата-ана мен тәрбиешілердің іс-әрекетін үйлестіру болып табылады.

- Алғашқы күндерде баланы тек серуендеуге әкеліңіз, бұл жағдай үй ауласындағы ортаға ұқсайды. Осы кезде тәрбиешілермен және басқа балалармен танысу қиынға соқпайды.

- Балалар ата-аналарымен қоштасу кезінде басқа балалардың көз жасына және жағымсыз эмоцияларына куә болмас үшін балабақшаға келу уақытын ауыстыру керек.

- Алғашқы бірнеше күндерде баланы 2-3 сағаттан артық қалдыруға болмайды. Оның іс- әрекеттерің бақылай отырып, сіз балабақшадағы уақытты бірте-бірте арттыра аласыз.

- Баламен қоштасқан кезде ол үшін міндетті түрде қайтатыныңызға сендіруді ұмытпаңыз. Оны жақсы көретініңізді, ол сіз үшін қымбат екенін үнемі айтуды ұмытпаңыз.

- Отбасында нәресте үшін тыныш, жанжалсыз ахуал жасаңыз. Баланың әлсіреген жүйке жүйесін сақтаңыз. Жүйке жүйесін тыныштандырыңыз: біраз уақытқа циркке, театрға баруды, баруды тоқтатыңыз. Теледидарды көруді айтарлықтай азайтыңыз.

- Бейімделудің нормалары: балабақшада - 7-10 күн, балабақшада 3 жаста - 2-3 апта, мектеп жасына дейінгі үлкен жаста - 1 ай.

Ата-ана баласын балабақшаға қалай дайындау керек

-Баламен балабақшаға қатысты сізді алаңдататын мәселелерді талқыламаңыз.

-Баланың денсаулық жағдайы жақсы болған кезде ғана балабақшаға беріңіз.

-Балабақшадағы күнде болатын барлық жаңа сәттерді алдын ала біліп, оларды үйдегі баланың күнделікті тәртібіне енгізіңіз.

-Бала денсаулығын нығайту шараларын өткізу қажет.

-Мүмкіндігінше ертерек нәрестені балабақшадағы балалармен және топ тәрбиешілермен таныстырыңыз.

-Баланы балабақшаға қабылдау үшін мүмкіндігінше оңтайлы орнатыңыз.

-Балаға ересектермен және топ балалармен қарым-қатынас дағдыларының «құпиясын» ашыңыздар.

-Балаңызға үйде өзін-өзі күтудің барлық қажетті дағдыларын үйретіңіз.

-Балалардың күнәлары үшін, сондай-ақ бағынбағаны үшін жаза ретінде балабақшамен қорқытпаңыз.

-Балаңызды сізбен уақытша ажырасуға дайындаңыз.

-Баланы балабақшаға қабылдау қарсаңында қобалжымаңыз және өз уайымыңызды көрсетпеңіз.

-Демалысыңызды балаңыздың жаңа ұйымдасқан ұжымға келген бірінші айында мүмкіндігінше баланы күні бойы қалдырмауға болатындай етіп жоспарлаңыз.

-Егер бала өзімен бірге қатты ұнататын затты немесе ойыншықты алып кетуді сұраса, онда ата-ана баламен келісе алады: ойыншық оны шкафта күтіп тұрады және олар бірге үйге оралады.

-Балаға әрқашан оның сіз үшін, бұрынғыдай қымбатты және сүйікті екенін түсіндіруді ұмытпаңыздар.

Бала неге жылайды? Баламен қалай қоштасуға болады?



Бала жылайды, өйткені көз жасы баланың мазасызданғанын көрсетуінің жалғыз жолы. Біз не істеуіміз керек?

- Кешігіп қалмас үшін және баламен қоштасу мүмкіндігіне ие болу үшін 5-10 минут бұрын жиналыңыз.

- Балаңызға қайда және не үшін бара жатқаныңызды нақты айтыңыз (тек өте қарапайым, мысалы: «Мен дүкенге барамын» немесе «Мен компьютермен жұмыс істеймін»).

- Бала сөздерді түсінбейді деп қорықпаңыз: сабырлы, ашық интонация арқылы оған анасының қызметі пайдалы және жағымды екенін айтады.

- Балаңызға қай уақытта келетінін нақты айтыңыз. Осы кезде уақытты сағат бойынша айтудың қажеті жоқ (бұл кішкентай бала үшін түсінікті болмауы мүмкін). Балаға «Тамақ ішкеннен кейін келемін, сен ұйықтап тұрғаннан кейін келемін» деуге болады. Бала оқиғалардың нақты сипаттамасын түсінеді, соған сәйкес уақытты анықтайды.

- Ұлыңызға немесе қызыңызға оның кіммен қалатынын, ең бастысы не істейтінін айтыңыз: «Сен тәрбиешімен және басқа балалармен бірге боласың, тамақ ішесің, серуенге шығасың, ойнайсың» деуге болады.

- Сізді жібергеніңіз үшін балаңызға «сыйлықтар» беруге уәде бермеңіз, бірақ ол белгілі бір затты әкелуді сұраса, бас тартпаңыз. Егер оның өтінішін орындау мүмкін болмаса, бұл туралы дереу айтыңыз. Бала ештеңе сұрамаса да, оған мезгіл-мезгіл жақсы нәрселерді (тәттілер, шағын сыйлықтар) әкеліңіз, сонда ол сіздің одан алыс жерде болсаңыз да, оны еске түсіріп, кездесуге дайындалып жүргеніңізді сезеді.

Ақмола облысы білім басқармасының әдістемелік орталығының психологиялық қызмет бөлімі



«Балаңызды балабақшаға қалай дайындау керек»

Ата-аналарға арналған психологтың ұсыныстары

2023 жыл