«Солтүстік Қазақстан облысы әкімдігінің білім басқармасы»

коммуналдық мемлекеттік мекемесінің

«Аққайын ауданының білім бөлімі» коммуналдық мемлекеттік мекемесі

«Балапан бөбекжай-бақшасы» мемлекеттік коммуналдық қазыналық көсіпорны

**"Көз жазсыз балабақшаға"**

**Ата-аналарға кеңес беру**

Педагог-психолог:

Ахметова Махаббат Сериковна

**2023-2024 оқу жылы**

**"Көз жазсыз балабақшаға"**

**Ата-аналарға кеңес беру**

Бейімделу кезеңі - 1,5-3 жас аралығындағы сәбилер үшін үлкен сынақ. Бейімделуден туындаған стресстік реакциялар баланың эмоционалды жағдайын ұзақ уақыт бұзады.

 Бақшаға алғашқы барудан қуанышты үміттер алаңдаушылықпен ауыстырылады: баланың қол жеткізген барлық нәрселерінде регрессия бар (сөйлеу, дағдылар, шеберлік, ойын). Мүмкін ауырып қалған шығар? Ол шын мәнінде мұрыннан су ағып, кеше температура болды. Оған балабақшаға ұнамады, бала өзгергендей. "Ауыстырылған" нәресте емес, өмір мен жағдайлар, бұл сөзсіз. Баланың денесі мен жаны – денсаулық пен аурудың арасында: көп ұзамай нәресте ауырады, егер стресстің ауырлығы жоғары болса немесе оңай бейімделу жағдайында қайтадан өзіне айналады.

Балада стресстің себебі неде?

Туыстарынан, оған жақын адамдардан қанша айырмашылығы жоқ, баланың бейімделу механизмдерінің жетілмегендігі. Шынында да, бейтаныс ортада қалу үшін нәресте балабақшада өзін үйдегідей ұстамауы керек. Бала бұл жаңа мінез-құлықты білмейді және ол дұрыс емес нәрсе жасайды деп қорқып, азап шегеді.

Таңертең біз оянамыз, біз балабақшаға барамыз!

- Таңертең барлық төлемдер мен дайындықтарға жеткілікті уақыт болатындай етіп дабылды бастаңыз. Балабақшаға қандай жолмен баратындығыңызды немесе баратындығыңызды, қанша уақыт кететінін және үйден қашан шығу керектігін алдын-ала ойластырыңыз.

- Мұғалімге қойғыңыз келетін барлық сұрақтарды есте сақтаңыз немесе жазыңыз.

- Балалардың бейімделуі баланың психикасы мен мінезіне байланысты бір-екі аптаға созылуы мүмкін. Толық бейімделу 2-3 айдан кейін болады.

- Баланың күйзелісі қыңырлық, агрессия, дымқыл шалбар, тамақ пен ұйқыдан бас тарту, алған дағдыларын "жоғалту" түрінде болуы мүмкін.

Балаға жаңа жағдайдан қорқу мен туыстарынан бөлінуге не көмектеседі?

- Балаңызға сүйікті ойыншығын өзіңізбен бірге беріңіз. Ойыншық онымен күнделікті жүрсін және достарымен сол жерде таныссын. Балабақшада ойыншықпен не болғанын, онымен кім дос болғанын, кім ренжігенін, қайғылы болғанын сұраңыз. Осылайша сіз балаңыздың балабақшаға қалай үйренетіні туралы көп нәрсені білесіз".

-Егер бала бақшаға бара жатқанда қыңсылап, қадамдарын бәсеңдете бастаса, оны көндірмеңіз (бұл тек ішкі шиеленісті күшейтеді, бірақ Мақтайды. "Сен қандай жарайсың, мен сенің орныңда жылайтын шығармын, ал сен батылсың, балабақшада не жейтініңді білесің" және т.б.). Бұл баланың сөйлеуі пайдалы болатын жағдай. Ең бастысы, бұл балаға сенімділік береді, өйткені күшті адам, тіпті нәресте туралы болса да, қиындықтарды жеңе алады.

-Сіз кетіп бара жатқанда-балаңызбен оңай және тез ажырасыңыз. Әрине, сіз балаңыздың балабақшада қалай болатыны туралы алаңдайсыз, бірақ мазасыз бет әлпетімен ұзақ қоштасу баланың бұл жерде оған бірдеңе болуы мүмкін екенін және ол сізді ұзақ уақыт жібермейтінін алаңдатады. Қоршаудың артындағы аумақты бақылап немесе есіктің астынан тыңдау арқылы жаныңызды уламаңыз. Айтпақшы, балалар көбінесе анасы көзден таса болғаннан кейін тез тынышталады. Осы кезеңде отбасында сіздің балаңыз үшін тыныш және жанжалсыз климат құру қажет. Оның әлсіреген жүйке жүйесін сақтаңыз! Оның ерсі қылықтарына жауап бермеңіз және қыңырлығы үшін жазаламаңыз. Қонаққа баруды біраз уақытқа тоқтатып, теледидар көру уақытын қысқартқан дұрыс. Демалыс күндері үйде балабақша режиміне жақын режимді сақтауға тырысыңыз.

- Егер бала агрессивті, ашуланшақ болса, оны ұрыспаңыз. Балаңызбен көбірек уақыт өткізуге тырысыңыз, оны жиі құшақтап, сүйіңіз. Ең бастысы, бұл сіздің сүйікті, ең қымбат балаңыз екенін ұмытпаңыз!

Бейімделу кезеңі бірнеше кезеңге бөлінеді. Ол бала балабақшаға келгенге дейін бір-екі ай бұрын басталады:

1. Үй режимін балабақша режиміне мүмкіндігінше жақындатыңыз.

2. Құрдастарыңызбен байланысуды үйретіңіз.

3. Баланы тәрбиешілермен таныстырыңыз.

4. Үй мәзірін өзгертіңіз.

5. Баланы қасықпен жеуге және кружкадан ішуге үйретіңіз.

6. Балаңызға гигиеналық процедураларды өз бетінше орындауға үйретіңіз.