



Anykščių vaikų lopšelis - darželis „Eglutė“



Adaptacija





Adaptacija – procesas, kurio metu prisitaikome prie pasikeitusių gyvenimo aplinkybių. Vieniems naujos situacijos priėmimas yra lengvesnis ir trumpesnis, o kitiems gali užtrukti ilgiau. Tai sunkus laikotarpis ir tėvams, kurie iš pradžių patys turi pasiruošti naujai situacijai, ir vaikams, kuriems reikės atsidurti naujame vaidmenyje.



Kokius jausmus išgyvename adaptacijos metu?

Dažniausiai tai yra kaltės jausmas, nerimas, liūdesys, ilgesys, baimė, pyktis ar grėsmės pojūtis. Kai jausmai labai stiprūs, jie trukdo pamatyti situaciją iš šalies, bei išvelgti galimus sprendimo būdus. Emocijų spektras su laiku pasikeičia, bet adaptacijai galima paruošti.

Leiskite vaikui protestuoti. Tai yra vienas iš būdų pasakyti, kas su juo šiuo metu vyksta ir susitaikyti su nauja situacija.

Leiskite vaikui keistis. Adaptacijos metu didėja vaikų nerimas ir gali pasikeisti elgesys.

Pavyzdžiui: gali suprastėti apetitas, vaikas gali daugiau verkti, atsibusti naktimis. Taip pat gali atsirasti tokių protesto ženklų kaip mušimas ar padažnėti ligos. Priimkite pasikeitusį elgesį, nes taip vaikas mokosi pažinti pasaulį.



Kviečiame žingsniuoti drauge:

1 DIENA

**Į darželį vaiką
palydi mama ar
tėtis ir grupėje
kartu pabūna
apie valandą**

2 DIENA

**Į darželį vaiką
palydi mama ar
tėtis ir grupėje
kartu pabūna
apie 2 valandas**

3 DIENA

**Į darželį vaiką
palydi mama ar
tėtis ir kiek
pabuvę drauge,
vaiką palieka
valandai ir
daugiau.**

4 DIENA

**Į darželį vaiką
palydi mama ar
tėtis vaikutis
nemigdomas, o
paliekamas iki
pietų.**

5 DIENA

**Į darželį vaiką
palydi mama ar
tėtis ir paliekamas
miegoti.**

Prašome, kiekvieno vaiko adaptacinio buvimo darželyje laikotarpiu, bendradarbiauti su grupės mokytojais ir individualiai aptarti Jūsų vaiko savijautą.

Dienos ritmas

7:30 - 8:10 Vaikų priėmimas, žaidimai

8:10 - 8:20 Rytinė mankšta

8:30 - 9:00 Pasiruošimas pusryčiams, pusryčiai

9:00 - 9:30 „Ryto ratas“, skaitymai, žaidimai

9:30 - 10:30 Ugdomoji veikla

10:30 - 11:40 Pasiruošimas pavaikščioti, pasivaikščiojimas žaidimai lauke

11:40 - 12:00 Pasiruošimas pietums

11:55 - 12:30 Pietūs

12:30 - 13:00 Pasiruošimas miegui

13:00 - 15:00 Miegas

15:00 - 15:30 Kėlimasis

15:30 - 16:00 Pasiruošimas vakarienei. vakarienė

16:10 - 17:00 Žaidimai grupėje, lauke

17:00 - 17:15 Ėjimas namo

Darželyje vaikučiams prireiks:

**ŽAIDIMAMS
LAUKE:**
neperšlampamų
lauko drabužėlių
ir guminių batų

**ŽAIDIMAMS
GRUPĖJE:**
patogių
drabužėlių ir
patogių šlepečių
(geriausia basutės
ar batukai).

MIEGELIUI:
marškinėlių ar
mylimos
pižamos

KITA:
atsarginių
drabužėlių,
sauskelnių, drėgnų
servetėlių,
seilinelukas, gertuvė
(jeigu yra
poreikis).

Darželio darbo laikas:

Grupės mokytojų:
I-IV 7:30 - 17:15 val.
V 7:30 - 17:00 val.

Prailginto laiko grupė:
I - V 6:30 - 18:30 val.



Kontaktinė informacija:

Anykščių vaikų lopšelis-darželis „Eglutė“
Statybininkų g. 3, LT-29121 Anykščiai
Tel.: 8 (381) 52339 / 8 (381) 51 882
El. paštas: eglute@res.lt / eglute1@res.lt
Internetinis tinklapis:
www.eglute.anyksciai.lm.lt

*Parengė: soc. pedagogė Vilda
Strolienė*