

## SOOVITUSI KOHANEMISPROTSESSI RAHULIKUKS KULGEMISEKS LASTEAIAS

Tutvusta lapsele juba varakult uut olukorda:

- Räägi lapsele, mis koht on lasteaed ning miks lapsed seal käivad. Lisaks sellele räägi lähedaste ja tuttavate juuresolekul, kui tore see on, et teie laps hakkab käima lasteaias.
- Tutvusta lapsele eelnevalt lasteaeda (nt jaluta lapsega lasteaia läheduses, lepi kokku võimalus mõnikord mängida koos lapsega lasteaia mänguväljakul).
- Võimalda lapsel suhelda ja mängida võimalikult palju oma eakaaslastega. Harjuta lapsega kodus uut päevakava:
- Jälgi, et lapse elukorraldus kodus oleks regulaarne ja kindla rütmiga.
- Hoolitse selle eest, et juba lasteaeda tultes magaks laps vaid ühe korra päevas ning et lapse lõunauinak toimuks iga päev samal ajal (vahemikus 13.00–15.00).

Toeta lapse võimet iseseisvalt tegutseda:

- Lase lapsel kogeda, et ta saab mitmete asjadega ise hakkama. Seda, milleks ta on suuteline, lase tal endal teha. Sealjuures on oluline, et sa märkad ja kiidad lapse edusamme.

Õpetage lapsele juba varakult:

- iseseisvalt lusikaga sööma ja tassist jooma;
- iseseisvalt riietuma;
- iseseisvalt käsi ja nägu pesema ning kuivatama;
- potil käima;
- enda järel mänguasju ära panema;

Lasteaeda tulekul me ei eelda, et laps kõigea iseseisvalt hakkama saab.

Võõruta lasteaeda tulevalt lapselt:

- harjumus uinuda süles;
- harjumus mängida söögi ajal;
- harjumus lahkuda söögi ajal lauast ja siis uuesti tagasi tulla;
- harjumus süüa rinnast või lutipudelist.

Varu aega ja kannatust:

- Varajasel tõusmisel ja lasteaeda minekul varu rahulikult aega – kui hommik kodus algab rõõmsalt ja rahulikult on ka päeva lasteaias lihtsam alustada.
- Kõik lapsed tunnevad end alguses üksi jäetuna. Räägi lapsele tema päevast lasteaias, mida ta seal tegema hakkab – mängudest, õueajast, riietumisest, uneajast ja õpetajatest.
- Esimesed päevad lasteaias on lühikesed, alustades paarist tunnist kuni lõunani ning laps on rühmas koos vanemaga- tutvutakse rühma keskkonnaga, õpetajatega ja kaaslastega. Võimalusel planeerige lapsele üks puhkepäev tööädalas.
- Järgmine samm on lapse lasteaeda üksi jätmise, mis kindlasti toimub samm-sammult ja tasapisi. Esialgu lähete rühmast ära näiteks pooleks tunniks ja päev-päevalt see aeg pikeneb. Kindlasti ei tohi salaja ära hiilida, kui laps on mänguhoos.
- Oluline on enne minekut kiire kallistamine ja lehvitsemine. Ütle lapsele, et sa lähed ja millal tagasi tuled (nt emme läheb tööle, poodi ja kui sa oled õues ära mänginud, siis tulen sulle järgi). Pea oma lubadustest kinni.

- Ole last õpetajale üle andes enesekindel (üttele talle näiteks, et sul tuleb täna kindlasti tore päev).
- Esimesel nädalal on laps lasteaia lõunani. Kui laps juba lepib üksi rühma jäämisega, siis järgmine suur samm on lõunaunne jäämine.
- Ravi laps alati täiesti terveks ja alles siis too ta uuesti lasteaeda – lapse organism on siis tugevam ja uutele haigustele vähem vastuvõtlikum.
- Tea, et mida paremad on teie suhted rühma personali, teiste lastevanemate ja lastega, seda paremini kohaneb teie laps. Maini kodus sageli rühma töötajate ja uute mängukaaslaste nimesid, tegevusi lasteaia jne. See aitab lapsel meenutada möödunud päeva ja annab enesekindlust.
- Aruta ja jaga julgelt õpetajate ja teiste rühmatöötajatega lapse kohanemise edusamme ja raskusi.
- Ilmuta enesekindlust ka last õpetajale üle andes (sh andke õpetajale teada oma ootustest ja soovidest, kuidas tema saaks teid hommikuse lahkumise juures aidata).
- Pärast lasteaia päeva võib laps olla jonnakas, tujukas või väsinud. Varuge ja võtke aega, mis kuulub vaid lapsele. Ta on olnud ilma vanemata ja vajab nüüd aega läheduse ja turvatunde taastamiseks.
- Lasteaia harjutamise perioodi pikkus võiks jääda kahe nädala piiresse.

Lasteaeda kaasa:

- Kaisukas – kaasas võiks olla üks kaisukas, mis loob lapsele turvatunde.
- Vahetusjalanõud – sellised, mille jalga panemisega laps ise hakkama saab.
- Vahetusriided – nii toa- kui õueriided (lapsed on õues iga ilmaga). Vajalikud on kindlasti: aluspesu, sokid, sukkpüksid/retuusid, müts, lühikesed riided tuppa. Oluline on, et riided oleksid sellised, et laps saaks ise harjutada riiete selga panemist.
- Pidžaama (soovi korral).
- Kamm/hari

Märgistage lapse isiklikud asjad (lapse nimi, nimetäht). Riiete segiajamine on täitsa võimalik, sest tihti on lastel seljas sarnased riided.

**Toremaid ja mängulisi lasteaia-aastaid!**

**Lääne-Nigula Lasteaiad kasutab õppetöö mugavamaks korraldamiseks Eliis keskkonda ([www.eliis.eu](http://www.eliis.eu))**

Eliis keskkonna kasutamine

1. Registreeri kasutajaks

- sisenemiseks vajalik ID-kaart, mobiil-ID või smart-ID
- on võimalik alla laadida rakendus telefonis kasutamiseks

2. Esita taotlus (vasakul rippmenüüs) ja oota kinnitust.

3. Kasutamine:

- teata lapse puudumisest;
- loe teateid ja sõnumeid;
- tutvu rühma kuu- või projektiplaaniga, rühma tegevuskavaga, lasteaia tööd reguleerivate dokumentidega (kodukord, arengukava, hoolekogu protokollid jm), lasteaia nädala menüüga;
- saa lapse toimetamisest tagasisidet;
- jälgi rühma sündmuste kalendrit.

