



Бекітілді *Рауф*

«№48 санаторлық сәбилер бақпасы» КМКК
басшысы А.Т.Қадыбаева

**«Баланың балабақшаға бейімделуі»
атты ата-аналарға арналған тренинг**

2024-2025 оқу жылы

«Баланың балабақшаға бейімделуі» атты ата–аналарға арналған тренинг

Мақсаты: Бала жанұясы мүшелерін бір-бірін түсіне білуге және жақсы қасиеттерге тәрбиелеу.

Қатысқандар: Ата-аналар, тәрбиешілер, балалар.

Көрнекіліктер: Отбасы суреті, бояу қарындаштар, қалам, таза парақ, ватман, шарлар, қайшы, желім, жаңа технология, презентациялар.

Кіріспе сөз: Қымбатты ата-аналар, сіздермен кездескеніме өте қуаныштымын. Алдымен өзіміз, отбасымыз туралы әңгімелеп, танысайық.

I. Танысу. Амандасу

Психологиялық жаттығу: «Үй»

Қажетті құралдар: А4 парағы, қарандаш.

Өтілу барысы: Ата-аналарға ақ парақ пен қарандаштар беріледі.

Тапсырма: Параққа үйдің суретін сал. Салған үйіңіздің 6 терезесі болу шарт. Үйді салып болсақ, енді сол терезелерге өз отбасыларыңыздың мүшелерін орналастырыңыз. (Өз отбасыларын таныстырады)

Психолог: сіздердің отбасыларыңызбен біз толық таныстық

II. Ата-аналарға балалардың балабақшаға бейімделуі туралы кеңес беру.

- Баланың әлеуметтенуі қашан қайда басталады? Әрине бірінші отбасында және балабақшаға келгенде. Балабақшада таныс емес үлкен адамдармен, балалармен танысады, мінез құлық ережелері мен нормаларын меңгереді. Жаңа жағдайға бала қалай үйренеді? Өкінішке орай балабақшаға бейімделу көбінесе қиын және ауыр өтеді. Бала тамақ ішпейді, ұйықтамайды, балалармен және үлкен адамдармен араласудан бас тартады да, қоршаған ортаға деген қызығушылығы төмендейді, ойыншықтарды ойынға қатыстырмайды.

Баланың балабақшаға қиын бейімделу себептері:

- Басқа адамдармен бұрын қалып көрмегендіктен,
- Дәретке өзі отырып үйренбегендіктен.
- Кейбір тағамдарды жеу дағдысы жоқ, мысалы қызылша, орамжапырақ, қатты тамақты шайнап үйренбеген (картоп, нан).

- Балабақшаға келген алғашқы күндері бала 2 сағатқа қалу керек. Көбінесе ата-аналар жұмыс тәртібін айтып, баланы күні бойы балабақшада қалдырады. Осының нәтижесінде күрделі және созылмалы мәселелер пайда болады.
- Балаңызбен үйде сөйлесесіз бе, оны мақтайсыз ба, оны жақсы көретініз туралы айттыңыз ба?

Ата-аналардың балаға эмоцияналдық әсері көбінесе жағдайды қиындатады.

Әр отбасында бейімделудің үш түрі бар.

- жеңіл түрі - баланың мінез-құлығы 10-15 күнде қалпына келеді;
- орташа ауырлық бейімделу - 1 айдың ішінде;
- ауыр бейімделу - 2 айдан 6 айға дейін өтеді.

Қобалжулары қатты ата-аналардың балалары да балабақшаға қиын бейімделеді, өткені ата-анасының қобалжуын көріп, баланың қорқынышы ұлғая бастайды. Осы кезде ата-аналар балаға көмек беруі керек.

Ертеңгілік қоштасуды жеңілдету тәсілдері:

- Баламен тез қоштасып үйреніңіз. Қоштасуды созбаңыз.

Бала сіздің қобалжығаныңызды көріп, тыныштануы ұзаққа созылады.

- Балаңыз сізге сенсін десеңіз, балабақшаға әкеліп, көрінбей қашып кетпеңіз.
- Балаңызға ұнайтын қоштасу рәсімін ойлап табыңыз және соны қатал ұстаныңыз.

Балабақшаға барғаны үшін жаңа ойыншық сатып алып, балаңызды алдарқатпаңыз.

- Балаға анық түсінік беру керек.

Бір рет болсын баланың дегенін істесеңіз әрі қарай баланы көндіру өте қиынға түседі.

2-3 жастағы балалар үшін балабақшаға бейімделу күрделі құбылыс. Бейімделу уақытында баланың эмоциялық жағдайы көп өзгеріске түседі.

Сондықтан кеңес береміз:

- Үйдегі жағдайды балаңыз келетін топтың күн режимімен бірдей етіп ұйымдастыруға жұмыстаныңыз.

- Балабақшаның тамақтану ас мәзірімен танысып баланың үйдегі тамақтануына балабақшада ішетін тамақтар түрін қосыңыз
 - Үйдегі жағдайда баланың өзіне - өзі қызмет етудің алғы шарттарына үйрете беріңіз: жуыну, қолын сүрту, шешіну, өз бетімен тамақтану, тамақ ішкенде қасықты пайдалану, горшокқа сұрану. Киімдері міндетті түрде өзіне ыңғайлы болуы шарт: шалбар не болмаса шорты замоксыз, белдеушесіз.
 - Баланың «социалдық көкжиегін» кеңейтіңіз, ауладағы өзімен құрдас балалармен көбірек ойнатыңыз, жолдастарына қонаққа барсын, әжесінде қонуға қалсын т.с.с. Осындай тәжірибе жинақтаған бала өз құрдастары мен үлкендер арасында тез үйренісіп, тіл табысатын болады.
 - Баламен жағымды эмоционалды жағдайлар жасау қажет. Ол көбінесе ана жағынан болуы қажет, балабақша туралы, оның өзіне керектігін түсіндіріп балаңызды сүйіп, аймалап, жиі оған өз мейіріміңізді көрсетіңіз. Есіңізде болсын Сіз көбірек осындай жылылық білдірсеңіз Сіздің балаңыз балабақшаға тез бейімделеді. Балаңыздың көзінше балабақша туралы өзіңізді толғандыратын мәселені айтудан аулақ болыңыз.
 - Бірінші күні балабақшаға серуенге келген дұрыс, тәрбиешімен танысып, балаңызға жаңа достар табуға. Сондай-ақ балаңыздың сүйікті ойыншығын балабақшаға беріп жібергеніңіз абзал.
 - Жоспарлаңыз, балабақшаға бірінші келген мезгілінде балаңызды бірінші күні – ақ күн ұзағына қалдырмауды. Балабақшаға жаңадан келген балалар алғашқы аптада 3 – 4 сағат, одан әрі түске дейін, айдың аяғына тамақ егер тәрбиеші кеңес берсе күні бойына қалдырылады.
 - Кейбір балалар үшін аптаның ортасында жүйкесін тоздырмау үшін «демалыс» алуға болады.
 - Бейімделу мерзімінде үйде демалыс кезінде баламен көп шұғылдануды қажет етеді, серуен жасау, күн режимін сақтау, эмоциялық жүктемесін түсіру қажет.
 - Бала балабақшаға тек ауырмай келуі қажет. ОРЗ, ОРВИ сақтану үшін түрлі витаминдер пайдалану қажет, мұрын қуыстарын оксолин мазмен сылап тұру қажет.
- Егер Сіздің балаңыз көпшіл, өз жақындарыңызбен бірге бөтен адамдарды жатырқамаса, ойын кезінде өздігімен ойнай білсе, мінезі ашық, өз құрдастарымен мейрімді болса балабақшаға келген күннен бастап-ақ үйреніп кететіне сеніңіз.

Баланың балабақшаға барлық бейімделу уақытында психологпен балабақшаның медицина – педагогикалық қызметі бақылауға алады.

III. Кеңес соңында сұрақтар беріп, өзара пікірлесу.

IV. Ойын «Ата-ана мейірімі».

Ата-аналар ақ параққа гүлдің суретін салып, гүлдестерге баласына деген сүйіспеншілігін жазып, өз ой-пікірлерін айтады.

V. Жағдаят.

Ата-аналар жағдаятты оқып, өз ойларын айтады.

I топқа: Балаңыздың өнері, қандай да бір іске қызығушылығы, бейімділігі байқалса, не істер едіңіз?

II топқа: Баламен сөйлесе білу де үлкен өнер. 4-6 жастағы бала күнне көптеген сұрақ қоятын көрінеді. Сіздің балаңыз осындай сауалдарды көп қойса, жауап беруге тырысасыз ба, жоқ әлде елеусіз қалдырасыз ба?

III топқа: Кейбір ата-аналардың баласының әрбір істеген іс-әрекетіне көңілі толмай: «Сен сала алмайсың, сен істей алмайсың», - деп айтып жататынын байқаймыз. Бала іс-әрекетіне теріс баға беруге қалай қарайсыз?

VI. Ойын «Балабақшаға баратын жолда»

Бала балабақша өз еркімен жыламай бару үшін балалармен балабақшаға баратын жолда ойын ойнауға болады.

1. «Барлығы дөңгелек (төртбұрыш, үшбұрыш)»

Баламен ата-ана кезекпен кезек дөңгелек, төртбұрыш, үшбұрышқа ұқсас заттарды атайды.

2. «Қызыл (жасыл) заттар» - түстерге байланысты заттарды атайды.

3. «Сиқырлы пішіндер» - баламен бірге қоянның, аюдың, түлкінің жүрістерін салады.

4. «Не өзгерді?»

Үлкендер қолғабын балаға білдіртпей шешіп тыға қояды да, баладан менде не жоқ деп сұрайды. Сонымен бірге жолда келе жатып не өзгергенін атайды.

VII. «Тілек шамы». (Қорытындылау)

Мақсаты: тренинг туралы пікірлерін ортаға салу.

«Міне, қоштасатын да сәтжетті. Біз сіздермен жанұядағы ата-ана мен балалар арасындағы қарым-қатынастың түрлі жақтарын тануға, жан-жақты талқылауға тырыстық. Отбасы, ұшқан ұя – жылылықтың, жылулықтың мекені. «Отбасы» атауының мәніне терең үңілер болсақ, оттың да үлкен маңызы бар екенін сеземіз. Сондықтан оттың басы, ошағымыздың түтіні түзу болуы үшін «Тілек шамы» жаттығуын бір-бірімізге тілек айта отырып жүргізейік.

Ата-аналарға ұсыныс:

1. Баланың балабақшаға бейімделуіне байланысты сұрақтарға психологтан ақыл-кеңес алыңыз.
2. Баланы балабақшаға тек қана дені сау күйінде жіберіңіз.
3. Салалық дәрігерден алдын-ала біліп алыңыз: балаңызға бейімделудің қандай түрі жағымды, егерде бейімделу қиындау болса, онда уақытында барлық жағдайды жасаңыз.
4. Баланың туғаннан бейімделу механизмінің жүйесін жаттықтырыңыз. Баланы тосын жағдайларда қимыл-әрекетін өзгерте білуге үйретіңіз.
5. Балабақшадағы күн тәртібіндегі жаңа сәтін алдын-ала біліп алып, оларды үйдегі күн тәртібіне кіргізіңіз.
6. Сізді толғандырып жүрген балабақшаға байланысты мәселелерді баланың көзінше талқыламауға тырысыңыз.
7. Өз уақытыңызды былай жоспарлаңыз: баланың балабақшаға қатысуының алғашқы айында сіз балаңызды күні бойға қалдырмауға жағдай жасаңыз.
8. Баланы өзі жақын арада келетін топтың балаларымен және тәрбиешілерімен ертерек таныстырыңыз.
9. Үйде баланы өзіне-өзі қызмет етуге қажетті барлық дағдыларға үйретіңіз.
10. Сіздің балаңыз бәрінен бұрын сізге қымбатты және сүйікті екенін ұмытпаңыз!

Ата-аналар алтын уақыттарыңызды бөліп келгендеріңізге көп рахметімізді айта отырып, отбасыларыңызға бақыт нұры шашыла берсін дегім келеді. Сау болыңыздар!