

## **Kui laps tuleb lasteaeda – abiks vanemale!**

### **Enne lasteaeda tulekut:**

- tutvuge lasteaia õppekava, kodukorra, hea tava, nädala- ja päevarütmiga
- rääkige lapsele lasteaiast, mängukaaslastest, mängudest ja tegevustest, mis lasteaias toimuvad. Käige teiste lastega koos mängimas. Vaadake koos lasteaiateemalisi raamatuid, püüdke teha kohanemise lihtsustamiseks neid tegevusi, mida tehakse lasteaias.
- jälgige, et lapse elukorraldus kodus oleks võimalikult regulaarne ja kindla rütmiga.
- hoolitsege selle eest, et lapse lõunauinak toimuks iga päev samal ajal, umbes 13.30-15.00 ja et juba enne lasteaeda tulekut magaks laps ühe korra päevas.

### **Laps teab ja oskab lasteaeda tülles:**

- iseseisvalt lusikaga süüa
- iseseisvalt riietuda ja vajadusel abi küsida
- iseseisvalt käsi ja nägu pesta ning kuivatada
- potil käia
- päeval magada
- enda järel mänguasju ära panna
- aru saada kõige lihtsamatest palvetest: pane, too, vii, lähme jne

### **Varuge aega ja kannatust**

- lasteaiaga kohanemise aeg on ligikaudu kuu. Kauem võib harjumine võtta aega tundlikematel lastel (NB! Ka vanema emotsioonid ja tundlikkus on määravad).
- lapse päev ei tohiks olla alguses väga pikk, võimalusel planeerige lapsele ka edaspidi nädala sees puhkepäevi.
- laps jätke lõunaund magama alles siis, kui ta on päeva esimese poolega juba täiesti kohanenud.
- on normaalne e eakohane, et laps ei taha vanemast lahkuda ja seetõttu nutab. Kasvamise seisukohast on see lapse jaoks aeg, mil ta hakkab vanemast, eelkõige

emast, eemalduma. Selles vanuses (etapis) vajab laps palju lähedust. Ärge mingil juhul lükake teda endast ära, ega sundige teda kuhugi minema, midagi tegema.

- lasteaeda tulemise hommikutel – ärge kiirustage last tagant (see tekitab närvilisust ja pinget ning juba eelnevalt negatiivset emotsiooni), mõelge välja oma rituaalid, mida igal hommikul läbi teete. Oluline on, et tullakse rõõmuga.
- peale lasteaeda- olge lapsega võimalikult palju koos- jalutage, rääkige, meisterdage jne Premeerige last koostegemiste, mitte asjadega (ärge rõhuga äraostmisele – asjad, maiustused)!
- õhtul kodus – on oluline, et laps saaks enne magamaminemist vähemalt tund aega isa- emaga koos mängida! Samuti nagu hommikul, peaks lapsel olema kindlad magamaminekurituaalid ja enne magamaminekut (või ükskõik mille tegemist) rõhutage, et “on aeg MAGAMA (sööma jne) minna” (Kui teha seda käskivalt tekitab see pigem trotsi vanema vastu. Kui “ema käsib magama minna” tekitab rohkem trotsi vanema enda vastu).
- lapse harjumiseks lasteaiaga on väga oluline ema-isa ja õpetajatevaheline usalduslik ning sõbralik suhtumine ja suhtlemine
- mitte rääkida lapse kuuldes lasteaiaga seonduvast negatiivselt, sest see jääb lapse teadvusse negatiivse noodina.
- HOIA LAST ALATI, KUI TA SOOVIB, SÜLES, KAISUTA JA KALLISTA TEDA PALJU NING ÜTLE, KUI OLULINE TA SULLE ON! ANNA TALLE IGATI MÕISTA, ET TA ON SULLE ARMAS.