

# PIELIKUMS

## PIRMSSKOLAS VĒSTĪM

Nr. 2 / 2011. gada oktobris

### Ieteikumi vecākiem adaptācijas periodā pirmsskolā

#### Uz dārziņu trīsgadnieks.

Trīsgadnieks jūtas liels. Viņš ir apjautis savu varēšanu, vēlas spēt un prast vēl vairāk. Trīs gadus vecs bērns jau spēj izjust lietu kārtību – mamma aiziet, bet viņš zina, ka noteikti atnāks pakaļ. Trīsgadnieks ir iepazinis vidi, kurā dzīvo, un cilvēkus, kas viņam ir apkārt, un viņš vēlas paplašināt redzesloku, iepazīstot jaunas vietas un cilvēkus. Trīs gadus vecs bērns prot izteikt savas vajadzības.

Triju līdz piecu gadu vecumā bērns izjūt vajadzību pēc vienaudžu sabiedrības un rotaļām ar viņiem. Taču rotaļāšanās prasme ir jāizkopj. Pirmajos mēnešos bērnudārzā šā vecuma bērni bieži konfliktē rotaļlietu dēļ. Trīsgadnieks vēl ir privātipašniecisks, vēlas visas mantas savākt sev, un nelabprāt tās daļa ar citiem. Mazajam arī mājās vajadzētu mācīt mainīties ar mantām.

Trīsgadnieks var nesaprast, kāpēc viņam jāiet uz bērnudārzu, ja mājas ir, kas pieskata. Tad mazajam var izstāstīt, kas labs viņu sagaida bērnudārzā. Šajā vecumā var bērnu ieinteresēt ar iespēju iepazīt jaunus draugus un spēlēt ar dažādām rotaļlietām.

Trīs gadus vecs bērns vēlas izmēģināt visu jauno, tāpēc viņam patiks dažādās nodarbības, kur māca līmēt, zīmēt, krāsot, griezt, veidot. Ja mazais būs ieinteresējies, viņš vēlēsies to darīt atkal un atkal.

Vairumam trīsgadnieku patīk iet dārziņā, bet kad pirmā sajūsma rimusies, var paziņot vecākiem, ka vairs negrib iet dārziņa, bet vecākiem nevajadzētu padoties un zaudēt pacietību, bet runāt ar bērnu un skaidrot kāpēc tas vajadzīgs.

Visbiežāk trīs četrus gadus vecam mazulim visgrūtāk ir samierināties ar jauno kārtību un režīmu. Daži pieraduši vakaros ilgi būt nomodā un rītos vēlu celties, bērns no rītiem var būt ļoti kašķīgs un neapmierināts. Citam bērnam grūtības var sagādāt diendusa, bet citam neiet pie sirds ēdiens. Tomēr lielākoties trīsgadnieki drīz vien pielāgojas jaunajam režīmam.

#### Uz dārziņu – piecgadnieks.

Daudzi bērni bērnudārza gaitas sāk piecu gadu vecumā, kad sākas piecgadīgo un sešgadīgo obligātā pirmsskolas apmācība.

Piecgadniekam parasti iedzīvoties bērnudārzā ir vieglāk nekā trīsgadniekam, jo viņš ir lielāks un vairāk pieredzējis, prasmīgāks un veiklāks. Piecu gadu vecumā grūtības nesagādā ģērbšanās, pašapkalpošanās pie galda. Tomēr piecgadnieks var atteikties gulēt diendusu, jo daudzi no šā ieraduma jau ir atteikušies. Labi, ja bērnam var ierādīt, kā klusiņām pagulēt ar acīm

vajā un atpūsties, netraucējot citiem mazulim gulēt.

Piecgadnieku var ieinteresēt ar iespēju bērnudārzā satikt un iepazīt jaunus draugus, kā arī iemācīties ko jaunu, kas būs vajadzīgs skolai.

Kaut arī piecgadniekam parasti nav grūti iejusties bērnudārzā, kādā reizē bērns var arī atteikties turp doties. Vecākiem ar bērnu jārūnā, jāieklausās bērna stāstītajā un pret viņa izjūtām jāizturas ar sapratni.

### **Kas bērniem var traucēt adaptēties:**

- Pārāk strauja gaitu uzsākšana. Parasti vadītāja bērnudārzu gaitu sākšanu organizē tā, lai jauni bērni grupiņā ienāktu pakāpeniski. Jaunākajiem bērniņiem vajadzētu būt pirmajiem – lielākā daļa bērnudārzu atsāk darbu augusta vidū, tad arī vajadzētu nākt jaunākajiem mazulim. Pakāpeniski viņiem pievienojas pārējie. Arī dārziņā pavadāmo dienas daļu vajadzētu paildināt pakāpeniski. Neatkarīgi no vecuma nebūtu prātīgi mazuli uzreiz atstāt bērnudārzā visu dienu. Pirmās dienas bērnu var atstāt līdz diendusai, pēc tam nākt pakaļ uzreiz pēc diendusas un tikai pēc nedēļas vai divām mazuli var atstāt pilnu dienu. Ja mazais jau agrāk izrādījis vēlmi palikt dārziņā ilgāk, tā jārespektē.

- Nereti mazuli ir gražīgi no rītiem, jo nav kārtīgi izgulējušies. Pirmajā mēnesī īpaši grūti būs bērniņiem, kuri pieraduši iet gulēt vēlu un vēlu arī celties. Ja vecāki bērniņu pie jaunā režīma nav radinājuši jau vasarā, atliek vien bruņoties ar pacietību un gaidīt, līdz mazais pieradīs iet gulēt agrāk un celties agrāk. Svarīgi dienu iesākt mierīgi, bez steigas. Nebūs prātīgi ļaut mazulim ilgāk gulēt un pēdējā mirklī izraut no gultas, un pusaizmigušu vest uz dārziņu. No brīža, kad mazuli modina, līdz bērnudārza durvju atvēršanai var paiet pat pusotra stunda, taču rīts izdodas nesteidzīgāks un mazais ir mierīgāks.

- Pārāk ilga atvadīšanās. Vecākiem jāpierod pie domas, ka bērnam daudz vieglāk (un arī pašiem vecākiem) atvadīties, ja to dara mīļi, bet nevelkot garumā – mīļš apskāviens un buča, mamma vai tētis apsola, ka pēc diendusas nāks pakaļ, jaukas dienas vēlējums, un viss. Tētis vai mamma iet prom. Jo garāka ievilksies atvadīšanās, jo vairāk bērns raudās un nelaidīs vecākus prom. Taču vecāki nekādā ziņā nedrīkst aizlavīties, tas ir, aiziet neatvadījušies!

- Nereti vecāki, darbos noskrējušies, dienas beigās aizmirst parunāt ar skolotāju par mazuļa dienas gaitām, veismēm un neveismēm, vēlmēm un vajadzībām. Izrunāties ar skolotāju ir svarīgi ne tikai pirmajā mēnesī, bet arī turpmāk. Parunājoties ar skolotāju, var uzzināt, kā bērnam klājas, vai viņam vajadzīga palīdzība, vai mazo kas satrauc.

**Sagatavot bērnu dārziņam nav viegli, tas ir īsts nervu pārbaudījums gan bērnam, gan vecākiem.** Tomēr gandrīz visi to ir izdarījuši un veiksmīgi tikuši tam cauri!

Septembra mēnesi **PII „LIEPIŅA”** sagaidījām un pavadījām ar svētkiem...

Visus „Liepiņbērnus” mīļi sagaidījām **ZINĪBU DIENĀ –**

**1. SEPTEMBRĪ.** Ciemos atlidoja Gudrā Pūce un Eksotiskais Papagailis, lai kopā ar bērniem atcerētos mīļākās dziesmas un rotaļas, un vēlreiz atgādinātu bērnu drošības noteikumus. Lai jums visiem jauks, zināšanām bagāts mācību gads!



**29. SEPTEMBRĪ** mūsu sētas pagalmā viesojās **PILSĒTAS PELES, LAUKU PELES** un pats **MIĶELIS**, lai kopā ar bērniem iepazītos ar rudens veltēm un izbaudītu lielo jampadraci **TIRGUS PLACĪ.**



Paldies skolotājiem, vecākiem un bērniem par **RUDENS IZSTĀDES** ierīkošanu. Par ko tik dārzeni un augļi nebija pārvērtušies?



**NOVĒLAM IZBAUDĪT KRĀSAINO RUDENI IKVIENAM**