

MINU LAPSEST SAAB LASTEAIA LAPS

KUIDAS LASTEAEDA TULEKUKS VALMISTUDA?

Selleks, et valmistuda ette last ja ennast lapse lasteaeda minekuks ja edukaks kohanemiseks, on mõned olulised nipid:

- Tutvuge lasteaia kodulehega ja lasteaia päevakavaga
- Räägi juba aegsasti lapsele, et ta läheb lasteaeda ja räägi ka seda, mida ta seal tegema hakkab. Lasteaed on koht, kus on palju lapsi, kellega saab mängida, seal on põnevad mänguasjad, seal saab süüa, õues käia ja kui ära väsid, siis magada ka. Seal käivad ainult lapsed ja tädid, aga emme ei tule, emme läheb tööle. Jaluta lapsega lasteaia lähiümbruses ja näita talle lasteaeda, kus ta hakkab käima. Võimalusel jalutage lapsega lasteaia õuealal ja vaadake üle, kus on see mänguplats, kus ta hakkab mängima, leppige kokku võimalus seal mängida. Samal ajal saate tutvuda ka uute õpetajatega.
- Lapse kuuldes rääkige lasteaiast positiivselt. Mitte ainult vanemad vaid ka kõik teised lähedased, kes lapsega lasteaeda mineku üle arutlevad. Oma suhtumisega kujundate lapse suhtumise, et lasteaed on väga tore koht.
- Lapsel on kergem harjuda lasteaia päeva rütmiga, kui muudate koduse päevakava lasteaia päevakavaga sarnaseks. Söögiajad, magamise ajad, õues olemise ajad. Lasteaeda tulles võiks laps olla harjunud, et ta magab vaid ühe korra päevas lõunaund. Harjutage last lõunaund magama voodis, süles unele kiigutamata. Harjutage last, et lõunaunne jäädes ei uinuks ta lutipudelist juues. Samuti võiks harjutada ja selgitada, et mänguasju ei tooda söögilauda ning söömise ajal ei jutustata ega laulda. Kui lapsel on harjumus joosta söömise ajal lauast ära ja siis jälle tagasi tulla, siis proovige sellest harjumusest teda võõrutada. Samuti võiks lapsele rääkida, et mänguasjad ei käi suhu, sest lasteaias jagavad neid paljud lapsed ja sedasi jagatakse teistega oma pisikuid.
- Lasterikkad kohad annavad lapsele kogemuse teiste lastega, seda nii koos olemiseks kui ka mängimiseks. Käige lapsega külas, kutsuge külalisi koju, soetage uusi tutvusi ning käige mänguplatsidel koos mängimas.
- Võimalusel jätke laps mõne lähedase (vanavanemad, tädid, onud) või hoidja hoida, et laps saaks emast eemal olemise kogemuse.
- Lubage lapsel olla iseseisev. Laske tal proovida ise riietuda, süüa ise lusikaga, juua tassist, pesta ise käsi ja nägu, käia potil. Samuti harjutage, et

asjad, millega ta mängib, pannakse tagasi sinna, kuhu need käivad. Kiitke last tema edusammude üle ning iseseisvuse üle.

- Proovige uusi harjutamisi, võõrutamisi ja muutusi mitte teha vahetult enne lasteaeda tulemist või samal ajal, kui hakkate last lasteaiaiga harjutama. See on mitme kordne läbi elamine lapsele ja tekitab lapses stressi.
- Võimalusel vaadeldge koos lapsega lasteaia teemat raamatut. Mängige kodus lasteaeda, kuidas see hakkab olema, mis seal tehakse, milliseid olukordi seal ette võib tulla. Ka seda situatsiooni, et ema läheb ära ja tuleb tagasi. Tegelasiks on alati mänguasjad. Samuti, kui lapsel on kindel pehme mänguasi/kaisukas, kes temaga kaasas hakkab lasteaias käima, võib lapsega arutleda ja kujutleda, et kui hoopis kaisukas läheb lasteaeda ja laps aitab tal seal kohaneda ja on talle lasteaias toeks.

Kui tahate teada, kas laps on valmis lasteaeda tulekuks, siis küsige endalt, kas teie olete valmis. Laps on valmis siis, kui ema on valmis.

KÄES ON LASTEAEDA TULEKU AEG, KUIDAS HAKATA HARJUTAMA?

Lasteaiaiga harjutamiseks leia aega, soovitatavalt kaks kuni kolm nädalat, sest kunagi ei saa täpselt ette planeerida, kuidas kõik hakkab minema.

- Esimesel päeval tulete lasteaeda koos lapsega ja olete kogu aja lapsega. Koos tutvute tädidega, kes teie lapsega hakkavad koos olema, vaatate üle rühmaruumid, mänguasjad, õueala. Lahkute koos ja arutlege lapsega nähtu üle, aga alati positiivses võtmes. Samuti selgitage juurde, et täna käis emme koos sinuga lasteaias, aga kui uuesti tulete, siis vahepeal peab emme ära käima. See, kui kaua emme ära käib, see oleneb juba sellest, kuidas laps käitub ja kuidas teie ise pingele vastu peate ning mida soovib õpetaja.
- Teisel päeval, kui tulete lasteaeda, tulete koos rühma, siis jälgige lapse tegutsemist eemalt, enam koos ei mängi. Eelnevalt, enne lasteaeda tulekut võiksite, selgitada lapsele, et käite vahepeal ära, aga tulete tagasi, kui ta on õue läinud. Soovitatav on öelda, et lähete tööle, mitte poodi ega koju, sest sinna tahab laps teiega koos tulla. Kui hakkate minema, ütlete lapsele, et lähete nüüd, kallistate ja lähete ära. Tagasi tulge rõõmsalt, teatage lapsele positiivselt, et tulitegi tagasi. Ja nii iga päev.
- Esimestel päevadel ei tohiks lapse päev olla väga pikk. Piisab kahest tunnist ning siis võiks laps lõunaund magada kodus, kui tal puudub võõras kohas

magamise kogemus. Teisel või kolmandal nädalal, kui laps on harjunud lasteaia hommikuse päevarütmiga, võiks harjutada lasteaias magama jäämist. Kuni aga laps ei ole veel harjunud, võiks ta olla lasteaias kuni lõunasöögi lõpuni. Teid ja teie last tundma õppides selgitab teile õpetaja täpsemalt, kuidas peaks edasi toimima ning millal võiks laps lasteaeda magama jääda.

- Soovitav on esimesel kahel lasteaia nädalal mitte vabu päevi teha, sest laps harjub sellega, milline hakkab tema elukorraldus nüüd olema. Hakkab tekkima rutiin. Kui olete planeerinud, et laps hakkab lasteaias käima vaid mõnel päeval nädalas, siis sellisel juhul kulub tal kohanemiseks väga kaua aega. Lapsel ei saa sedasi tekkida rutiini, mille järgi ta peaks mõistma, millal peab lasteaias käima ja millal ei pea käima. Kui aga juhtub, et laps jääb esimese kahe nädala jooksul haigeks, siis see ei tähenda, et kohanemine hakkab otsast peale. Tagasi tulles jätkab laps sealt, kust ta pooleli jäi ning pole tarvis hakata teda uuesti harjutama lasteaiaga.
- Kohanemise perioodil võiksid võimalusel last harjutada lasteaiaga nii ema kui ka isa, et näha, kumba vanemaga on kohanemine kergem. Isaga üldjuhul kurvastavad ja nutavad lapsed lasteaeda tulles vähem.
- Võiksite kujundada oma igapäevase traditsiooni, milline hakkab olema hommikune tulemine lasteaeda. Tulete koos lasteaeda, riietate kiirelt lapse ise, teete musid kallid, annate lapse üle õpetajale ja lahkute. Lapsele on väga raske kui jääte seisatama, kahtlema, kas teete ikka õigesti. Kui laps nutab, siis palun mitte jääda ukse taha kuulama, millal laps rahuneb, sellega piinate ennast. Õpetajad lohutavad teie last ja üldjuhul lapsed rahunevad üsna kiiresti. Kui muretsete, helistage õpetajale ja uurige, kas laps on rahunenud.
- Lapsele järgi tulles tulge otse lasteaeda sisse. Kui piilute akna taga, siis kindlasti leidub mõni laps, kes teid märkab ja sellest ka teie lapsele teada annab. Tulge rõõmsalt ja heatujuliselt. Kallistage last. Paluge lapsel kokku panna asjad, millega ta mängis või aitate tal asjad ära panna. Varuge aega ja lubage lapsel ise end riietada, kui ta seda suudab, samal ajal võite rääkida, kuidas lapse päev läks. Kui laps ei taha ära minna, siis olge ise konkreetne ning öelge, et aeg on minna. Ärge jääge mängima, sest teie kujundate lapses harjumuse ja panete paika reeglid.
- Laps kohanemine lasteaiaga sõltub väga suuresti lapsevanema suhtumisest ja hoiakust. Kui vanem on positiivne, siis läheb ka kohanemine üldjuhul hästi. Aga kui vanem on mures, pabistab, kardab, siis laps saab sellest väga hästi aru ja ka tema hoiak muutub selliseks. Emme muretseb, mina muretsen, emme kardab, mina kardan. Kohanemine võib keskmiselt aega võtta kaks nädalat kuni kaks kuud. Oluline on teada, et igal lapsel esineb mingil hetkel kohanemisel tagasilööki (põhjused on erinevad). See etapp ei kesta kaua ja möödub alati. Olge järjekindlad ja ärge andke alla, vaatamata sellele, et teil

on harjutamiseks kulunud rohkem aega, kui olete planeerinud. Õpetajad abistavad teid jõu ja nõuga.

- Mõnel päeval võib laps olla nutusem kui tavaliselt. Võib juhtuda, et otsustate lasteaia juurde tulles, et lähete hoopis koju tagasi. See ei ole lahendus, tulge ikka lasteaeda. Laps võib hoopis saada sellest signaali, et nii saabki koju jääda.
- Lasteias käimine on lapsele uus kogemus ja tema sees on väga palju erinevaid tundeid. Kõige raskem on talle emast eemal olemine. Esimestel nädalatel võib tunduda, et nüüd kui laps käib lasteias, siis ei saa te enam mitte midagi teha üksi. Ka tualetis on laps jala küljes kinni. Laps nagu kleebiks end külge. Lohutage end, see on mööduv ja kestab, kuni laps harjub uue olukorraga (umbes kaks nädalat).
- Lasteiaiga harjutamise ajal on laps tavapärasest rohkem väsinud, agressiivne, üleerutatud, jonnakas. Arvestage sellega ja ärge pahandage lapsega. Võimalikult palju rääkige lapsega igapäevaselt sellest, milline oli tema päev, kuidas tal läks. Kui päeva tegevused jäävad läbi arutlemata, siis võib juhtuda, et laps elab oma emotsioone välja nutuhoogudega või on öine uni rahutu. Õhtul peaks olema aeg, mis kuulub vaid lapsele, koos mängule, jutustamisele, kaisutamisele.
- Selleks, et lapsel oleks hea olla, on oluline mugav riietus. Jalanõud peaksid olema toetava kannaga, eest lahtised ja soovitatavalt takja kinnisega, et laps saaks nende jalga panemisega ise hakkama. Riided peaksid olema lapsesõbralikud, et laps saaks neid võimalusel ja vajadusel ise selga või seljast ära. Püksid ilma lukkude ja nõõpideta, kui laps neid ise kinnitada veel ei oska ning pluusi kaelused nii suured, et laps saab vajadusel neid ise üle pea tõmmata. Negatiivne kogemus enda riietumisel võtab lapselt ise tegutsemise tahte. Tüdrukute kleidid ja seelikud ei tohiks olla väga pikad ja lukkude, nõõpidega kinnitatavad, sest tualetis peaks laps saama vajadusel end ise abistada. Magamine toimub pidžaamades, nendega on lapsel mugavam. Riidel võiks sees olla kas nimi, nimetähed või märk, mille abil on võimalik tuvastada, et tegu on teie lapse riidega.

Koostanud: Krõllipesa lasteaia Krõlli õppehoone sõimerühma õpetaja Kätlin Väli
(2017)