

ЖШС "Диана 2019" балабақшасы

БЕКІТЕМІН

ЖШС "Диана 2019"

балабақшасының меңгерушісі:

Аметова К.Н.

Бейімделу кезеңі



Мектепке дейінгі ұйымға түсу кезінде барлық балалар **бейімделу (адаптация) кезеңінен өтеді.**

Бейімделу – лат. «бейімдеймін» – бұл организмнің бейімделуінің күрделі процесі, ол әртүрлі деңгейде жүреді: физиологиялық, әлеуметтік, психологиялық.

Ағзаның әлеуметтік өмірдің жаңа жағдайларына, жаңа режимге бейімделуі баланың мінез-құлық реакцияларының өзгеруі ұйқының бұзылуы, тәбеттің бұзылуымен бірге жүреді.

Дененің ең күрделі қайта құрылуы бейімделудің бастапқы кезеңінде жүреді, ол көпке созылып, бейімделуге ауысуы мүмкін, бұл баланың денсаулығының, мінез-құлқының, психикасының бұзылуына әкеледі.

Мектепке дейінгі ұйымдағы өмірдің жаңа жағдайларына ауысатын бала күйзелісті (стресс) бастан кешіреді; онда тежелу, индикативті реакциялар пайда болады (болады, болмайды), бала кешенді әсерлер ықпалына түседі. Бейімделу синдромы пайда болады, бұл оның бойынан қорқыныш пен жағымсыз эмоциялар тудыратын белгісіз әсерлердің жинақталуын білдіреді.

Балаға бір уақытта өз өміріндегі негізгі адамдардан алыстап, үнемі құрдастарының ортасында өмір сүру және жаңа ережелерге үйрену керек болады. Күніне бірнеше сағат бойы тұрақталатын теріс эмоционалды көңіл күй, үмітсіздік пен реніштің үстемдік алатыны соншалық, бала тамақ пен ұйқыны да ұмытады. Ол тәрбиешінің оны қандай да бір жолмен тыныштандыруға тырысқан әрекеттерінен қорқады.

Әр бала ұзақ уақыт бойы үйрену кезеңінен өтпейді. Балабақша өмірінің басталуынан оңай өтетін үш жасар балалар да бар. Бастапқы кезеңде баланың жылауы ата-анадан ажыраудан қорқу сезімін білдірмейтінін есте ұстау керек. Көп жағдайда бұл «шекті қорқыныштың» белгісі, жаңа топқа деген сенімсіздігін білдіреді.

Бейімделу кезеңіндегі бала күйзеліс жағдайының шынайы моделі. Күйзеліс – қиындықтармен күресу реакциясы, кейбір жағдайлардан екіншісіне ауысу нормасы.

Бейімделу кезеңінің өтуіне әсер ететін факторлар.

1. Баланың жасы.
2. Денсаулық жағдайы.
3. Даму деңгейі.
4. Ересектер және құрдастарымен қарым-қатынас жасау қабілеті.
5. Заттық және ойын әрекетінің қалыптасуы.
6. Үйдегі және балабақшадағы күн тәртібінің жақындығы.

Балабақшаға келген кезде бала білуі керек:

- орындыққа өзі отыра алу;
- кеседен өзі іше алу;
- қасықты қолдану;
- киінуге, жуынуға белсенді қатысу.

Табысты бейімделудің **екі негізгі критерийі** бар: ішкі жайлылық – эмоционалды қанағаттану, мінез-құлықтың сыртқы адекваттылығы – қоршаған орта талаптарын оңай және дәл орындау мүмкіндігі.

Бейімделу ауырлығының 4 дәрежесі бар:

1. Оңай бейімделу: мектепке дейінгі ұйымда болған 20-шы күні ұйқы қалыпқа келеді, бала қалыпты тамақтанады, құрдастары және ересектермен байланыстан бас тартпайды, олармен өзі араласа бастайды. Сырқаттанушылық 10 күннен аспайтын мерзімде бір реттен артық емес, асқынусыз өтеді. Салмағы өзгермейді.

2. Ауырлық дәрежесі орташа бейімделу: мінез-құлық реакциялары мектепке дейінгі ұйымда 1-2 айдан кейін қалпына келеді. Жүйке-психикалық даму біршама баяулайды. Ауру 10 күннен аспайтын мерзімде екі есеге дейін асқынусыз өтеді. Салмағы өзгерген жоқ немесе біраз азайды.

3. Ауыр бейімделу: біріншіден, ұзақтығы айтарлықтай болады (2 айдан 6 айға дейін) және барлық көріністердің ауыр өтуімен сипатталады.

4. Бейімделудің аса күрделі өтуі: шамамен алты ай немесе одан да көп. Сұрақ туындайды: бала мектепке дейінгі ұйымда қалуы керек пе, мүмкін ол «балабақша баласы емес» шығар. Әртүрлі елдердегі ғалымдар жүргізген кешенді зерттеу барысында бейімделу процесінің үш фазасы анықталды:

Бұл жастағы **баланың негізгі іс-әрекеті – заттық ойын.**

Осы кезеңдегі ойындардың негізгі міндеті – эмоционалды байланыс, балалардың тәрбиешіге деген сенімін қалыптастыру. Эмоционалды қарым-қатынас күлімсіреу, сүйіспеншілік, әр балаға қамқорлық көрсетумен қатар, бірлескен іс-әрекеттер негізінде пайда болады. Алғашқы ойындар фронтальды болуы керек, сондықтан бір балада назардан тыс қалмайды.

Ғылыми зерттеулер көрсеткендей, балалардың бейімделуін жеңілдететін маңызды факторлардың бірі – баланың темпераменті. Сангвиник пен холериктің жаңа жағдайларға тез және оңай үйренетіні байқалады. Бірақ флегматиктер мен меланхоликтерге ауыр болады. Олар баяу және балабақша өмірінің қарқынына ілесе алмайды: олар киіну,

серуенге шығу, тамақтану, тапсырманы орындау сияқты әрекеттерді жылдам орындай алмайды.

Мектепке дейінгі ұйымға келу – бала өміріндегі маңызды оқиға, сондықтан баланың мектепке дейінгі ұйымға кезең-кезеңімен үйрену жүйесін жасау қажет.

1. *Мектепке дейінгі ұйымға балаңызбен бірге барыңыз.* Балаңыздың балабақшасына бірге баруды жоспарлаңыз (ертерек жоспарлағаныңыз абзал). Баламен бірге ойын алаңында ойнаңыз, балалар серуендеп жүргенде топқа барыңыз. Балабақшаға баруды кезең-кезеңімен орындаңыз: алдымен, балалармен серуендеу, содан кейін 1-2 сағат еркін іс-әрекет. Осылайша, балабақшаға барудың бірінші күні бала үшін жақсы таныс болады.

2. *Балаңызға жаңа достар табуға көмектесіңіз.* Егер сізде осындай мүмкіндік болса, балаңыздың өз тобындағы басқа балалармен кездесуін ұйымдастырыңыз. Осылайша, олар балабақшаға барар алдында бір-бірімен таныса алады, содан кейін баламен бірге еркін ойын кезінде топқа бара бастаңыз.

3. *Үйде балаңызбен бірге балабақша ойынын ойнаңыз.* Балаңызға балабақшаға бару идеясына үйренуге көмектесу үшін тақырыптық ойындар ұйымдастырыңыз. Ертегі айту, ән салу және күндізгі ұйқыға дайындалу сияқты әртүрлі әрекеттерді кезекпен орындаңыз. Сондай-ақ, рөлдерді ауыстыра отырып, баланың тәрбиеші болуына мүмкіндік бере аласыз. Бұл ойындар балаңызға балабақшаны ойын-сауық орны ретінде қабылдауға көмектеседі және мектепке дейінгі ұйымға барудың бірінші күнінде оның алаңдаушылығын азайтады.

4. *Дағдылану процесін ойынға айналдырыңыз.* Түйме түймелеп, сыдырмаларды жауып, арқасына рюкзак іліп, пальто немесе күртесін ілгекке ілуге жаттықтырыңыз. Аяқ киімін киюді ойынға айналдыруға болады: мұны қаншалықты жылдам жасай алатындарыңызды көріңіз.

5. *Өз тәжірибеңізді ортаға салыңыз.* Балаңызға балабақшаға алғаш рет қалай барғаныңызды және сол кезде не сезінгеніңізді айтыңыз, сүйікті естеліктеріңізді айтып беріңіз. Мүмкін болса, мектепке дейінгі фотосуреттерді табыңыз, сіздің немесе балаңыз жақсы танитын басқа ересек адамдардың суреттерін көрсетіңіз, олар туралы әңгімелесіңіз.

6. *Балабақша режиміне сәйкес жаңа күн тәртібін орнатыңыз.* Мектепке дейінгі ұйымға барудан бірнеше апта бұрын, мектепке дейінгі ұйымда сабақ кестесіне сәйкес балаға ұйықтау және ояну уақытын жаңадан белгілей бастаңыз: балаға түнде жақсы демалуға мүмкіндік беретін ұйықтау уақытын және таңертең асығыссыз жиналуға қолайлы болатын ояну уақытын таңдаңыз. Осылайша, өзіңіз бен балаңыз үшін жаңа кестеге үйренуге уақыт болады. Егер мүмкіндік болса, ертең балабақшаға киетін киімді бүгін кешке қарай таңдап қою әдетін қалыптастырыңыз.

7. *Балабақшадағы сияқты ас мәзірі.* Балабақша мәзірі бойынша

тамақтану режимін орнатыңыз, балабақшадағы ас мәзірі мен тамақтану уақытын алдын ала біліңіз.

8. *Балаңыздың сөзіне құлақ салыңыз.* Балабақшаға бара бастауына байланысты балаңыздан сезімдері туралы сұраңыз және оған толқуды, мазасыздықты немесе кез келген басқа эмоцияны сезіну табиғи құбылыс екенін түсіндіріңіз. Өмірдегі жаңа кезең қорқынышты және ауыр көрінуі немесе өте көңілді болуы да мүмкін. Балаңызды сабақтан кейін алып қайтатыныңызға сендіріңіз және оның жаңа тәртібі туралы сөйлесіңіз.

9. *Қоштасу түрін ойластырыңыз.* Баламен қоштасып тұрғанда оған жақын арада қайта қауышатындарыңызды айтып, жылдам және көңілді қалыпты сақтауға дағдыланыңыз. Баланы тыныштандыруға көмектесетін ерекше рәсімді жасай аласыз: бірге ән айтыңыз немесе онымен өздеріңізге қол алысудың бір қызықты түрін ойлап табыңыз.

10. *Балаңызға балабақшаға өзімен бірге сүйікті ойыншығын алып баруға рұқсат етіңіз.* Бұл балаға балабақшада жалғыз емес, досымен бірге екеніне сенімділік береді.

11. *Мақтау айтуға сараң болмаңыз.* Баланы эмоционалды түрде қолдаңыз: жиі құшақтап, еркелетіп айтатын есімдерімен атаңыз. Кішкентайыңызбен бірге өткізген әр сәтке қуаныңыз.

Өзіңіз ойлап көріңізші, ғалымдар баланы күніне кемінде 12 рет құшақтау керектігін анықтады. Әрине, әр құшақтағаныңызды санаудың қажеті жоқ, бұны мүмкіндік болған сайын жасаңыз.