



# KAKO PRIPREMITI DIJETE ZA JASLICE ILI VRTIĆ



## ŠETNJA POKRAJ VRTIĆA

Prošetajte s djetetom nekoliko puta do vrtića kako biste ga upoznali s putem koji ćete prolaziti svakodnevno te dali mu priliku da malo istraži okolinu. Jednako tako, nakon radnog vremena vrtića, ako to okolnosti dopuštaju, poigrajte se koji put u vrtićkom dvorištu ili na obližnjem dječjem igralištu. Dijete će se osjećati ugodnije u okruženju vrtića i povezivat će ga s igrom. Ovo vrijedi i ako vaš vrtić ima **područne objekte** pa i njih na isti način posjetite.

## POTICANJE SAMOSTALNOSTI

Potičite samostalno **odijevanje** i **obuvanje**, **hranjenje** (priborom za jelo, ne u hranilici, već na stolici), **pranje ruku**, **zuba** i slične aktivnosti. Sto se dijete prije suoči s tim zadacima, to će ih prije i savladati. Također, potičite dijete da **prepozna svoje stvari** – svoje cipele, jaknu, četkicu za zube, itd. Možete ih obilježiti na poseban način da ih dijete lakše pronađe kada se krene spremati za odlazak kući, za izlazak u dvorište, a i dat će mu osjećaj sigurnosti. Jednako tako, pokušajte uvesti u **obiteljsku prehranu** namirnice koje će se sigurno jesti u vrtiću da djetetu ne bude preveliki šok kad dođe vrijeme ručka.

## SAMOSTALNO IGRANJE

Nemojte zaboraviti ni samostalno igranje – **svaki dan malo dulje** nego prethodni. Ako se vaše dijete ne može bez vas igrati niti 5 min samostalno, počnite s 4 min samostalnog igranja i objasnite mu da za to vrijeme vi radite nešto svoje – npr. čitate knjigu. Svaki dan **produljite igru** za minutu. Zamislite, s 4 minute u ponedjeljak, skočili ste na 11 minuta u nedjelju, a idući tjedan već 18-20 min samostalnog igranja!



## SAMO POZITIVNO O VRTIĆU

Nemojte plašiti dijete vrtićem, čak ni kada ste jako frustrirani ili ljuti zbog djetetova ponašanja. Pokušajte uvijek pozitivno govoriti o njemu. Primjerice, „U vrtiću se djeca igraju zajedno.“, „U vrtiću su dobre tete i stričeki koji će te čuvati i paziti dok su mama i tata na poslu.“, „Tete i stričeki u vrtiću znaju jako lijepo čitati i izmišljaju različite igre.“ Razgovarajte s njim o **aktivnostima** koje će raditi i **ljudima** koji se nalaze u vrtiću. Nemojte dijete posramljivati riječima „Samo male bebe plaču jer idu u vrtić.“, ali nemojte mu davati ni nerealna očekivanja, npr. „U vrtiću ćeš biti jako sretna/sretan.“

## VRTIĆKI RASPORED

Ako imate priliku, navikavajte dijete na vrtićki ili jaslički režim igranja, spavanja i hranjenja. Raspitajte se u svom vrtiću kakav je **raspored** te ga probajte reproducirati **kod kuće**. Djetetu će biti lakše uklopiti se u vrtićki dnevni ritam jednom kad krene i osjećat će se sigurnije jer će već imati uhodanu rutinu koju poznaje.



## ODVIKAVANJE OD DUDE, BOČICE ILI PELENA

Preporučljivo je pokušati odviknuti dijete od dudica, bočica i/ili pelena prije polaska u jaslice/vrtić. Za to je obično potrebno 2-4 mjeseca, a iskustvo pokazuje kako roditelji najčešće za odvikavanja odabiru ljetni period godišnjih odmora. Ako je sad „kasno“ za odvikavanje, uvijek to možete raditi tijekom godine kad se dijete prilagodi na vrtić. Nije dobro ni paralelno raditi odvikavanje i prilagodbu na vrtić. Svakako se naoružajte strpljenjem i razgovarajte o tome s odgojiteljima.

## NAVIKAVANJE NA ODVAJANJE OD RODITELJA

Navikavajte dijete na odvajanje od sebe, bilo da ste majka ili otac. Djeca nerijetko imaju **strah od odvajanja** i pokazuju to na različite načine (neutješno plakanje, tantrumi, povlačenje u sebe, itd.). Prihvatimo da je to normalna stvar s obzirom na to da je otkad zna za sebe i vas bilo gotovo konstantno s vama i uvijek ste mu/joj bili na raspolaganju. Što **više ljudi** čuva dijete u **kratkim periodima**, to više iskustava vaše dijete dobiva i lakše će prihvatiti svakodnevno odvajanje zbog polaska u vrtić. Bitno je da dijete shvati da je odvajanje od mame ili tate kratkoročno te da se oni uvijek vrate. Napominjemo da **pri odlasku uvijek pozdravite** dijete – neka bude kratko i vedro, ali nemojte nikada otići bez pozdrava.

Priznajemo, neće biti lako, ni vama ni djetetu. Neka djeca odlično prihvate vrtić odmah na početku, dok drugima treba malo vremena. Pokušajmo se staviti u njihove cipele i zamisliti koliko je to novih osoba i iskustava odjednom. Zbog toga im treba vaša velika podrška, razumijevanje i strpljenje. Imajte povjerenja u odgojitelje koji znaju što rade, ali i u svoju djecu. 😊



Mnogo dodatnih savjeta možete pronaći u knjizi „Od jaslica do škole - Vodič za lakši proces prilagodbe na jaslice, vrtić i školu“ (Mašković i sur., 2018)

ili ako u svojoj internetskoj tražilici upišete „priprema djeteta za vrtić“.

