

# Gdy nasze dziecko idzie do szkoły

Zbliża się 1. września, dzień w którym nasze dziecko wejdzie w nowy etap życia – będzie uczniem. Czy mu się spodoba? Czy znajdzie dobrych kolegów? Czy polubi szkołę? Czy nauka będzie sprawiała mu problemy? Jak zmniejszyć stres dziecka?

Pierwsze dni szkoły to olbrzymie przeżycie zarówno dla dziecka, jak i jego rodziców. Nasze pociechy z niecierpliwością oczekują rozpoczęcia roku szkolnego. Jednocześnie jest to dla nich duży stres. Wszystko jest nowe - miejsce, znajomi, Pani wychowawczyni, obowiązki. Jak sobie z tym poradzić? W tym muszą pomóc rodzice. Początkowe tygodnie zajęć są bardzo ważne. Od nich zależy, jak dziecko będzie kojarzyło szkołę, a co za tym idzie - jakie będzie miało postępy w nauce. Wiedzą o tym doskonale nauczyciele, którzy w łagodny sposób próbują przystosować dzieci do szkolnych ławek. Rodzice powinni również zdawać sobie z tego sprawę, aby wspierać dziecko i odpowiednio motywować.

## Przygotowanie do szkoły

Aby ograniczyć dziecku stres związany z pójściem do szkoły dobrze jest przygotować je do tego wcześniej pod względem emocjonalnym i społecznym. Polega to na utwierdzeniu dziecka w przekonaniu, że jest ono w centrum zainteresowania rodziców, że jest przez nich kochane i akceptowane. Maluch musi czuć się bezpiecznie, co możemy osiągnąć w życiu rodzinnym.

Powinniśmy uczyć go samodzielności, zaradności, zlecając mu prace domowe, obowiązki. Dodatkowo dobrze jest pobudzać dziecko umysłowo – rozbudzając jego poznawcze zainteresowania, chęć do nauki. Ważny jest bezpośredni kontakt z dzieckiem, rozmowy, wspólne zabawy, gry, spacer, oglądanie ilustracji i przede wszystkim czytanie książek. Nasza pociecha powinna mieć swój kącik w domu, gdzie może samodzielnie bawić się i tworzyć. We właściwym przygotowaniu dziecka do szkoły upatruje się szansę likwidacji niepowodzeń edukacyjnych.

## Wyprawka szkolna



Przed rozpoczęciem roku szkolnego rodzice powinni skompletować dziecku wyprawkę szkolną. Kolorowe kredki, nowe pióro, długopisy budują atmosferę ciekawości. Maluch z niecierpliwością oczekuje pierwszego dnia w szkole. Skład wyprawki szkolnej określa szkoła, z reguły stanowią ją: pióro, ołówek, kredki, nożyczki, linijka, gumka, temperówka, klej, farby, zeszyty, książki itd.

Pomoce naukowe powinny być dostosowane do małych rączek dzieci, dlatego trzeba zwrócić uwagę na ich ergonomię, tzn. kształt i forma powinny odpowiadać krzywiznom fizjologicznym ciała; siła, wielkość i położenie powinny odpowiadać możliwościom biologicznym malucha, a faktura materiału, z którego wykonany jest wyrób, powinna sprzyjać pewności chwytu. Dodatkowo kolorystyka i harmonia kształtu powinny zaspakajać potrzeby estetyczne, czyli po prostu podobać się. Na to ma również wpływ panująca moda, dla dziecka bardzo ważne jest aby mieć takie same lub podobne kredki, ołówki jak jego koledzy i koleżanki, m.in. to sprawia, że dziecko czuje się akceptowane przez grupę. Produkty spełniające normy ergonomiczne są nowością na rynku przyborów szkolnych, produkuje je np. firma Stabilo.

Ważne jest, aby w szczególności dzieciom leworęcznym zapewnić odpowiednie przybory szkolne. Pisanie, rysowanie sprawia dzieciom leworęcznym więcej trudności niż praworęcznym. Rozmazane literki, kleksy to typowe problemy. Maluch patrzy na pismo innych i widzi, że praworęczni radzą sobie lepiej. Nie rozumie dlaczego - mimo jego starań - nie udaje mu się napisać tak samo. Dziecku nie wytłumaczmy, że w naszym kraju pismo jest dostosowane do praworęcznych i właśnie dlatego jego nauka sprawia tyle problemów. To może wywoływać frustrację, zaniżać samoocenę oraz spowodować urazy, które mogą wywoływać zakłócenia w późniejszym życiu szkolnym. Dlatego przybory szkolne dla leworęcznych powinny znaleźć się w ich piórnikach. Są one produkowane wg najnowszych standardów ergonomicznych, przystosowane do małych rączek dzieci.

Warto rozejrzeć się po rynku, firm produkujących produkty dla leworęcznych jest już kilka, w ich ofercie dostępne są nożyczki (np. Maped Vivo 5,30 zł), linijki (np. Maped 4,99 zł), pióra (np. Pelikan Junior 45 zł, Stabilo 28 zł), kredki (np. Faber Castell 15,80 zł, Stabilo kredki pastelowe 5,40 zł).

## **Pierwszy dzień w szkole**

Nie zostawiamy dziecka samego. Jeśli nie mamy możliwości towarzyszyć mu w tym dniu, niech idzie z innym członkiem szeroko rozumianej rodziny (wszystkie ciotki i wujkowie wchodzi w grę - nasza przyjaciółka, sąsiadka również). Przygotowując dziecko do szkoły, martwimy się, że sobie nie poradzi, ale nie okazujmy mu naszych obaw. Jeśli wyczuje nasz lęk, przejmie go na siebie i też zacznie się bać. Jeśli tak się stanie, trudno nam będzie dziecko uspokoić. Dlatego musimy być pozytywnie nastawieni, a nasza dobra energia zachęci malucha do poznania nowego szkolnego świata.

Obserwuj malucha, zobacz czy znalazł koleżankę, kolegę, czy ma z kim usiąść w ławce, jeśli nie - pomóż mu, o ile wcześniej nie zrobi tego nauczyciel. Słuchaj uważnie tego, co mówi wychowawca, pociecha w swoich emocjach może wszystko zapomnieć. Jeśli to możliwe, wracajcie z innym uczniem z klasy, niech maluch ma kompana, z którym będzie wspólnie podróżować do szkoły i z powrotem. W domu porozmawiaj z nim, zapytaj się, czy mu się podobało, ciesz się z nim, rozwieć jego obawy, jeśli się pojawiają. Przygotujcie się razem do kolejnego dnia, spakujcie tornister. Umówcie się, kiedy po nie przyjdiesz do szkoły, spraw

aby nowe obowiązki nie powodowały całkowitej zmiany w życiu dziecka, żeby nie czuło się zagubione. Powodzenia!

-----

Autor: Anna Kusak