







Dziecko idzie do zerówki.



Jak pomóc mu nastawić się pozytywnie do pierwszych doświadczeń w szkole.

Pójście do zerówki może być ekscytującym, a jednocześnie stresującym przeżyciem dla dziecka. Oznacza to wejście w nowe środowisko, w którym dziecko spotyka się z nieznanymi osobami ale, w którym również nawiązuje nowe przyjaźnie, poznaje nowych nauczycieli i opiekunów oraz uczy się wielu interesujących rzeczy. Ważne jest, aby ten nowy etap był już od początku przyjemny dla dziecka! Dzieci, które lubiły chodzić do zerówki z reguły dobrze radzą sobie w szkole, a te, które mają przykre wspomnienia z tego okresu mogą mieć problemy w późniejszych latach.

-  **Rozmawiaj z dzieckiem o zajęciach w zerówce jeszcze przed rozpoczęciem roku szkolnego.**
Rozmawiaj z dzieckiem o szkole zanim jeszcze rozpocznie chodzić na zajęcia. Zapytaj, jak sobie wyobraża zajęcia w zerówce. Bądź przygotowana na to, że dziecko może pytać na przykład o to: „Jak będzie wyglądał początek dnia w szkole? Co będziemy robić pod koniec zajęć? Gdzie będę jadł lunch? Gdzie będziemy się bawić?”
-  **Pójdź z wizytą do szkoły wiosną.**
Jeżeli istnieje taka możliwość wybierz się z wizytą do szkoły podczas roku szkolnego, ale jeszcze zanim twoje dziecko rozpocznie w niej zajęcia. Porozmawiaj z nauczycielami i obejrzyj pomieszczenia w budynku szkolnym. Zobacz, jak wygląda plac zabaw, jadalnia i łazienki. Poznanie nowych nauczycieli i zapoznanie się z warunkami w szkole pomoże ci załagodzić obawy dziecka i odpowiedzieć na jego pytania.
-  **Powiedz dziecku, że ma prawo odczuwać niepokój.**
Jeżeli dziecko czuje niepokój przed pójściem do zerówki powiedz mu, że ty (lub jego starszy brat, siostra lub kolega) czuliście się podobnie. Zapewnij dziecko o tym, że wkrótce się do tego przyzwyczai.
-  **Zapewnij dziecku wypoczynek i właściwe odżywianie.**
Zajęcia w zerówce są bardziej intensywne niż w przedszkolu. Dziecku łatwiej będzie sprostać wymaganiom stawianym mu w zerówce, jeżeli będzie wyspane i najedzone. Ważne jest, aby dzieci, które rozpoczynają zajęcia w szkole, chodziły spać o ustalonej porze i jadły regularnie posiłki.
-  **Naucz dziecko poczucia odpowiedzialności.**
Dzieci, które chodzą do szkoły powinny nauczyć się odpowiedzialności za przygotowanie swojego plecaka do szkoły. Do innych obowiązków należy odrabianie lekcji w domu i wykonywanie ćwiczeń w klasie. Przypominaj dziecku o tym, żeby pokazywało ci wszystkie zawiadomienia ze szkoły i uwagi od nauczycieli. Ważne jest, aby już w zerówce dziecko nauczyło się samodzielnie wykonywać swoje szkolne obowiązki. Poczuj się dzięki temu kompetentne i stanie się bardziej odpowiedzialne.
-  **Traktuj poważnie naukę w zerówce.**
Okazywanie dziecku zainteresowania jego postępami w nauce już w zerówce, pozwoli mu odczuć, że ważne jest to, co dzieje się w szkole. Zapytaj, z kim się bawił, jakie książeczki czytał i w jakich zajęciach uczestniczył. Czytaj na bieżąco zawiadomienia ze szkoły i uwagi od nauczycieli. Chodź na wywiady oraz na inne imprezy szkolne, jeżeli tylko pozwala ci na to czas. Fakt, że interesujesz się tym co się dzieje w szkole przekazuje dziecku komunikat, że: **Szkola jest ważna!**

English Title: Starting Kindergarten? Help Make It a Good Experience!



29 Children's Research Center
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469
Telefon: 217-333-1386 • Fax: 217-244-7732
Za darmo: 877-275-3227 (Voice/TTY)
Email: iel@uiuc.edu
Internet: <http://illinoisearlylearning.org>

Illinois State Board of Education

Więcej stron z poradami możesz znaleźć pod adresem <http://illinoisearlylearning.org>