

Osnovna škola Strožanac

Strožanac – Podstrana

KAKO PRIPREMITI

DIJETE ZA PRVI

RAZRED?



Pripremila: Mia Grbavac, psihologinja

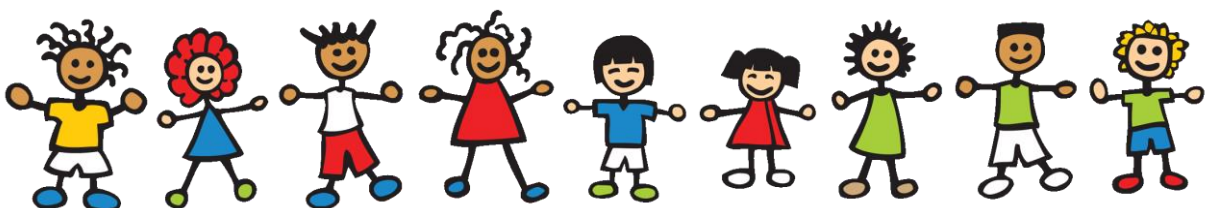
Polazak u prvi razred osnovne škole velik je događaj za cijelu obitelj: u prvom redu za budućeg đaka, ali i njegove roditelje te članove šire obitelji. Događa se velika promjena u djetetovom životu koja zahtjeva prilagodbu djeteta i cijele obitelji. Dijete treba podnijeti duže odvajanje od roditelja te mora poštovati unaprijed određena pravila škole i razreda. Uspješno uključivanje u školu snažno utječe na razvijanje pozitivnog stava prema učenju, važnosti školovanja, kao i slike o sebi.

Roditelji se često muče pitanjima: Hoće li se moje dijete dobro uklopiti? Je li spremno za školu i nove obaveze? Kako mu mogu pomoći?

U ovoj kratkoj brošurici nastojat ću Vam prenijeti nekoliko savjeta kako početak Vašeg djeteta može biti što bezbrižniji i uspješniji.

SPREMNOST ZA ŠKOLU

Spremnost za školu nije jedna izdvojena vještina, već kombinacija raznih vještina koje pridonose školskom uspjehu, a uključuju: dobro tjelesno zdravlje, socijalnu i emocionalnu zrelost, jezične i komunikacijske vještine, sposobnost rješavanja problema i kreativnog razmišljanja te općenito poznavanje svijeta u kojem dijete živi. Uvijek je važno podsjetiti se da se djeca različito razvijaju i da svako dijete ima svoje jače i slabije strane. Ukoliko ovo čitate kao roditelj našeg budućeg prvašića to znači da je stručna služba škole procijenila da je Vaše dijete spremno za školu, usvajanje novih znanja i vještina. Međutim, Vi imate veliki utjecaj na to u kolikoj mjeri će Vaše dijete razviti svoje sposobnosti i potencijale. Jako je važna Vaša neprestana i otvorena suradnja s učiteljicom, kao i sa stručnom službom škole. Zajedničkim usmjeravanjem prema istom cilju (iskorištavanjem mogućnosti Vašeg djeteta) možemo zaista puno napraviti te prije i efikasnije otkloniti potencijalne poteškoće koje nam se eventualno nađu na putu k ostvarenju tog cilja. Konačno, pobrinite se da učiteljica i stručna služba škole dobiju sve važne informacije o Vašem djetetu koje mogu pomoći boljem razumijevanju djetetovog ponašanja i eventualnih teškoća.



POLAZAK U ŠKOLU – RAZDOBLJE VELIKIH PROMJENA

Budući da proces odrastanja i sazrijevanja uključuje stalnu promjenu, postoje gubici koji se događaju pri prijelazu iz jedne razvojne faze u drugu. Odvajanje od vrtićkih prijatelja, kao i rastanak od omiljene odgajateljice iz vrtića, predstavlja jedan takav gubitak izazvan prirodnim procesom odrastanja. Nije moguće postati „školarcem“, a da prije toga dijete ne izgubi sigurnost vrtića i prijateljstva koja je izgradilo u tom okruženju. Iako je polazak u školu kod većine djece i roditelja popraćen osjećajem uzbuđenja i veselja, važno je razgovarati s djetetom i o promjenama koje će se dogoditi, što sve gubi odlaskom iz vrtića. Važno je pomoći djetetu da nađe način kako se oprostiti od prijatelja, posebno onih koje možda neće vidati u školi ili u susjedstvu.

Pri polasku u školu većina djece ima iskustvo odvajanja od roditelja. Mnoga djeca prvi puta to iskuse već u vrtiću, a neki su možda provodili dio vremena sa članovima šire obitelji. Nova pravila, drugačiji način rada od onog u vrtiću, očekivanja i zahtjevi školske sredine predstavljaju stresnu situaciju i potrebno je određeno vrijeme kako bi se djeca privikla na novu sredinu. Moguće je da će se separacijski strahovi, koji su razvojno očekivani, pojačati i postati izraženiji, što se u ponašanju djeteta može opaziti kroz teže odvajanje od roditelja, brizi za sigurnost roditelja, pozivanje roditelja da ostane u školi, ili odbijanje odlazaka u školu. Savjeti i smjernice koje ću navesti u nastavku mogu olakšati djeci (a i Vama) polazak u školu i doprinijeti smanjenju početne tjeskobe i zabrinutosti djeteta.

Priprema za školu i zahtjeve škole počinje vrlo rano, mada roditelji toga često nisu svjesni. Kroz cijelo razdoblje djetinjstva roditelji razvijaju socijalne vještine i emocionalnu zrelost kod djece. Jako je važno, u ovom ali i u svakom razdoblju djetetovog života, pokazati djetetu da ćete, bez obzira na to što se dogodi, brinuti o njemu i voljeti ga. Djeca koja dobivaju puno ljubavi i pažnje, zagrljaja, ohrabrenja, spontano napreduju, rastu i razvijaju se brže od emocionalno zanemarene djece. Takva djeca će biti puno sigurnija u sebe i imati dobru sliku o sebi. Pozitivnu sliku o sebi i visoko samopoštovanje imati će ona djeca čiji roditelji/odgojitelji pokazuju realistična očekivanja (ni previsoka ni preniska), koji prihvaćaju dijete onakvo kakvo je te mu daju osjećaj da je vrijedno i sposobno. S druge strane, kritiziranje i omalovažavanje te pretjerano kontroliranje i naređivanje, dovest će do niskog samopouzdanja i dijete će se bojati započeti neku aktivnost jer neće vjerovati u sebe.

Isto tako, dijete bi trebalo upozoriti kako će u školi češće nego do sada biti izloženo ocjenjivanju i/ili uspoređivanju s drugom djecom te objasniti kako njegov uspjeh u školi neće utjecati na ljubav roditelja prema njemu.



Recite djetetu da imate povjerenja u njegove sposobnosti i ste uz njega ako mu treba pomoć. Razgovarajte na koje načine može zatražiti pomoć od vas, tko mu još može pomoći kada nešto ne razumije ili ima problema. Naglašavajte mu da je škola mjesto gdje se uči te da ima pravo na pogrešku, ima pravo pitati što ga zanima i ima pravo nešto ne znati.

RAZVIJAJTE POZITIVNU, ALI REALNU, SLIKU O ŠKOLI

Djeca najčešće uče po modelu (oponašajući ponašanje drugih ljudi). Najvažniji modeli po kojima djeca uče ste Vi. Djeca roditelja koji, primjerice, vode brigu o sebi, redovito se bave tjelesnim aktivnostima, iskazuju poštovanje prema ljudima, suosjećaju s drugima, najvjerojatnije će usvojiti i težiti sličnim vrijednostima. Stav koji Vi imate o školi, izgradit će i oblikovati djetetov stav o školi. Pokažite i vi entuzijazam prema učenju, stvaranju, školi...

Pohvalite dijete, pokažite ponos, ohrabrite njegovu znatiželju.

Razvijajte pozitivnu sliku o školi još dok dijete ide u vrtić.

Roditelji ne bi smjeli koristiti izraz "škola" kao zastrašivanje ili kaznu (npr. *"Za kaznu ću te poslati u školu, tamo ćeš morati puno raditi!"* ili *"Vidjet ćeš ti kad kreneš u školu, tamo više nema igračaka i slatkiša!"* ili *„Kada kreneš u školu, nećeš više imati toliko vremena za igru“* ili pak *„Vidjet ćeš ti kako ćeš u školi morati slušati učitelja/icu“*). Takvim i sličnim rečenicama poslana su djeci poruke kako je škola neko strašno mjesto pa djeca vrlo lako mogu razviti negativne stavove ili čak strah od škole.



Razvijte pozitivne stavove djeteta prema školi i učitelju – nemojte nikada plašiti dijete školom niti mu prijetiti njegovom učiteljicom. O školi pričajte kao o mjestu na kome će dijete puno naučiti, postati pametnije, raditi zanimljive stvari, upoznavati nove ljude. Ne gradite sliku idealne učiteljice već sliku realnog čovjeka koji pomaže djeci da nauče mnoge zanimljive stvari. U tom procesu ponekad će učiteljice zahtijevati od njih da nešto naprave, poprave, prekorig će ih, ali im uz to pružiti puno radosti i veselja, druženja i mnogih drugih zanimljivih aktivnosti.

Treba pokušati svaki pozitivan primjer iz škole, koju pohađa djetetova starija sestra ili susjed ili čak svoje iskustvo iz mladosti, podijeliti s djetetom tako da mu se dočaraju raznolikosti i zanimljivosti koje ga očekuju u školskoj okolini. No jednako tako bitno je djetetu dočarati i objasniti razliku između vrtića i škole. Dijete treba znati da ga u školi očekuje puno manje igre, spavanja, a puno više rada, obveza i odgovornosti. Roditelji često svojim ponašanjem djecu još više uznemire, što djeca mogu negativno pripisati školi i tako steći negativan stav o školi. Razgovarajte s djetetom o školi, izrazite uzbuđenje i veselje zbog polaska u školu, pričajte o zanimljivim stvarima koje će naučiti u školi. Djeca vole ponavljati stvari, pa im pružite puno prilike za to i budite strpljivi. Ponavljanje uči djecu da je moguće nešto novo naučiti i uvježbati, čak i kad se činilo teškim u početku.

TREBA LI MOJE DIJETE ZNATI ČITATI I PISATI PRIJE POLASKA U ŠKOLU?

Iako većina roditelja podrazumijeva kako bi priprema za školu trebala obuhvaćati učenje čitanja, pisanja, računanja i sl., te često sami „forsiraju“ djecu na učenje istih, za djecu to nije neophodno. Poželjno je s djetetom učiti kroz igru, naročito društvene igre koje potiču pažnju i pamćenje, usvajanje pravila i podnošenje neuspjeha (npr. Čovječe ne ljuti se, Memory igre, Pogodi tko, puzzle,...), čitati mu priče, pjesmice, brojalice, zagonetke, rješavati zadatke poput labirinta ili traženja razlika između slika, zajednički obavljati kućanske poslove, razgovarati s djetetom i poticati njegovu znatiželju, podržati ga kada naiđe na problem, stvarati okruženje u kojem će imati mnogo pisanog i likovnog materijala (knjige, časopise, bojice, plastelin, kolaž i dr.). Nemojte forsirati dijete, ali nemojte ni ignorirati njegovu znatiželju i poziv za učenjem novih stvari. Iskoristite tu motivaciju i kroz igru ga učite nečemu novom, nečemu što ga zanima.



Ukoliko ste na testiranju i dobili uputu da bi s djetetom na nekom području trebalo dodatno raditi- radite, ali nemojte ništa forsirati kako dijete ne bi stvorilo negativan stav prema školi i prije nego u nju krene. U školi imamo kompletnu stručnu službu koja će pratiti razvoj Vašeg djeteta i pomoći mu ukoliko do nekih problema/poteškoća i dođe.

Općenito, za razvoj djeteta, pa tako i za prilagodbu djeteta na školu, važno je stvarati motivirajuće okruženje u kojem se potiče stjecanje novih iskustava, aktivnost, radoznalost, igra i stvaranje. Na taj način će dijete steći osobine, sposobnosti i vještine potrebne za uspjeh u školi.



U konačnici, osobine koje su poželjne kod djeteta kada kreće u školu su:

- dobra slika o sebi
- dijete zna brinuti o sebi
- dijete zna i želi pomagati drugima
- dijete se zna dogovoriti i pridržavati pravila
- uspješno rješava sukobe
- znatiželjno je i voli učiti
- dijete se zna ponositi uspjehom i podnijeti neuspjeh
- može dovršiti ono što je započelo.



Djetetu, koje posjeduje većinu navedenih osobina, period prilagodbe će biti lakši budući da dijete dolazi u novo, formalno okruženje koje od njega zahtijeva mnogo novih i različitih stvari u odnosu na ono u kojem je do sada boravio (nova pravila ponašanja, sjedenje na jednom mjestu duže vrijeme, praćenje aktivnosti do kraja, svakodnevno procjenjivanje sposobnosti učenja i izvršavanja zadataka).

POSLJEDNJE PRIPREME ZA ŠKOLU – važnost organizacije dana

Nakon što je dijete upisano u školu, dobro je prije početka nastave prošetati s djetetom do škole kako bi ono zajedno s Vama steklo prvi dojam o školi i tako smanjilo neizvjesnost i eventualni strah. Uvježbajte put do škole. Dogovorite pravila koja će pomoći djetetu da se osjeća sigurno kod kuće i na putu od kuće do škole (prelazak ulice, ponašanje u autobusu i sl.).

Naučite dijete adresu stanovanja, vaše brojeve telefona i gdje radite te druge važne informacije za koje procjenjujete da mogu pomoći djetetu da bude sigurno ili mu sve te

najvažnije informacije negdje zapišite.

Pokušajte svoje vrijeme i posao organizirati na način da ga dovedete prvi dan u školu i dočekate iza nastave.



Posljednje pripreme za školu, pred početak školske godine, trebale bi uključivati ugodne zajedničke aktivnosti djeteta i roditelja. Neke od njih su kupnja školske torbe i školskog pribora, zajedničko uređivanje radnog prostora koji će biti samo djetetov (nije nužno da dijete ima sobu samo za sebe, ukoliko ne postoje mogućnosti za to, već je dovoljan i radni stol namijenjen samo djetetu) te razgovor s djetetom o promjenama u njegovu životu koje će se dogoditi kada krene u školu kao što je npr. ostajanje nasamo kod kuće.

Uključite dijete u sve aktivnosti oko nabave i pripreme školskog pribora i knjiga (npr. zajedno napišite njegovo ime na knjige i bilježnice, uredite pernicu, nacrtajte raspored,...).

Kao što je već rečeno, vrlo je važno da dijete ima vrijeme i prostor za rad, učenje i pisanje svojih zadataka. Međutim, još su važnija jasna pravila vezana za učenje i školske obaveze. Djeca vole organizaciju i red, koliko god nam se ponekad čini da biježe od toga. Red i organiziranost im daje osjećaj sigurnosti te lakše usvajaju radne navike.

Potičite svoje dijete da uči na istom mjestu. Također, poželjno je da radna površina i prostor tijekom pisanja zadatake i učenja nemaju puno sadržaja i igračaka koje će odvlačiti djetetovu pažnju. Poželjno je privikavati dijete na sjedeći rad nudeći mu i uvodeći aktivnosti i sadržaje koji su mirniji i odvijaju se u sjedećem položaju. Navikavajte dijete na rad na papiru kroz crtanje, bojanke, čitanje priča i slične aktivnosti.



Razvijajte kod djeteta osjećaj odgovornosti. Dajte djetetu neke zadatke koje ono može obaviti i budite ustrajni u tome da ih obavi (npr. nahraniti kućnog ljubimca, izvesti psa u šetnju, pospremiti krevet, pospremiti stol za sobom nakon jela, obrisati suđe, pospremiti igračke ili bilo koji lakši kućanski ili obiteljski zadatak). Na taj način stvaraju radne navike i odgovornost.

Ono što je možda još i bitnije jest razvijanje osobne higijene i životnih navika. Dakle dijete treba usvojiti naviku odlaska na spavanje u približno isto vrijeme, pranje ruku nakon igre ili kad dođe izvana, prati zube i sl. Struktura u djetetovom životu omogućava mu lakšu prilagodbu na školski sustav. Djeca koja otprije imaju uspostavljene pozitivne navike ili ponašanja - lakše rade i uče u školi. Djeca koja imaju razvijene radne i životne navike puno lakše usvajaju nove navike, a posebno obaveze i pravila vezane uz školu.



A sad... Par savjeta za početak školske godine:

- **Ako se dijete ne privikava lako na razred i nije odmah steklo prijatelje, to je normalno – neka djeca trebaju više vremena da se naviknu na školsku svakodnevicu. Ako se brinete zbog toga, obratite se s povjerenjem učiteljici - možda već promjena mjesta sjedenja ili mali razgovor ohrabrenja mogu pomoći. Ako to ne pomaže, obratite se školskom psihologu ili pedagogu.**
- **Iako će vaše dijete najčešće pričati s oduševljenjem o školi, moguća su i razočaranja i frustracije. Saslušajte dijete pažljivo i s razumijevanjem. Provjerite kod učiteljice što se dogodilo, posavjetujte dijete kako da se konstruktivno ponaša. Ne odobravajte ni u kom slučaju ako je agresivno, svadljivo, neugodno prema drugoj djeci jer će to rezultirati odbacivanjem od strane vršnjaka.**

- **Ako dijete u početku ima poteškoća u pažljivom praćenju nastave – i to je normalno! Uskoro će shvatiti i prihvatiti što se od njega očekuje.**
- **Ako se poteškoće koncentracije pažnje nastave i ozbiljno ometaju djetetovo učenje, potražite savjet školskog psihologa, pedagoga i logopeda. Možda se radi o specifičnom poremećaju pažnje sa ili bez hiperaktivnosti.**
- **Neka djeca mogu imati znatnih poteškoća u svladavanju slova i usvajanju čitanja – korisno je posavjetovati se s logopedom i vidjeti treba li mu njegova pomoć.**
- **Kod svih je poteškoća bitno da roditelj postupa sabrano i ne optužuje dijete upravo kad ono treba puno podrške i razumijevanja!**
- **Ne zaboravite da je ono što vaše dijete najviše štiti od školskog neuspjeha:**
 - briga i podrška koju mu pružate,
 - iskazivanje jasnih i pozitivnih očekivanja koja imate na njegovo učenje i ponašanje,
 - pružanje prilika da smisleno sudjeluje u životu svoje obitelji i svog razreda.
- **Razvijajte realan pogled na djetetove sposobnosti – nitko ne može u svim aktivnostima postizati dobre rezultate! Prihvatite svoje dijete takvo kakvo jest – ne pokušavajte preko njega ostvarivati svoje želje i ambicije. Ako u obitelji ima i starije djece, ne tražite od djeteta da ih ni u čemu dostigne ako su njegovi talenti drukčiji, niti da “bude tako dobro” ili čak nadmaši braću i sestre.**
- **Naučite gledati stvari očima djeteta – nešto što smatramo sitnicom (svađa s prijateljem, nesnalaženje u razredu ili drugo) može biti doživljaj koji je njemu vrlo važan. Prihvaćajući njegove osjećaje dajemo djetetu do znanja da prihvaćamo njega samog! I učimo ga empatiji, važnoj vještini emocionalne inteligencije. Ukoliko „ignoriramo“ njegove probleme za koje smatramo da su sitnice, djetetu možemo poslati poruku da ga ne razumijemo i dovodimo se u opasnost da nam dijete više ne govori što ga brine i kakav problem ima.**

- **Sudjelujte u školskom životu svog djeteta – pokazujući da vam je to važno utječete na njegov pozitivan stav prema učenju i školi. Redovito se informirajte o njegovom napredovanju, ponudite učiteljici svoju pomoć u aktivnostima koje provodi. Slušajte što vam dijete govori o doživljajima u školi, raspravljajte s njime o tome tako da povećavate njegovu sposobnost pristojnog i konstruktivnog ponašanja.**
- **Suradujte s učiteljicom svog djeteta. Za dijete je vrlo poticajno kad vidi da se zajednički brinete oko njegovog što boljeg uspjeha u školi!**
- **Ponudite svoja znanja i umijeća, svoje vrijeme i sredstva – vaše će dijete biti ponosno i sretno. A i vi!**
- **Kada djeca počnu pisati zadaće, mnogi se roditelji vide u ulozi pomagača i kontrolora. U prvom razredu djeca trebaju potporu, ali ne takvu u kojoj će roditelji preuzeti sav rad. Svakako pratite dijete kod zadataka čitanja kod kuće jer mu je potreban slušatelj. Provjeravajte je li izvršio sve svoje obaveze i zadatke. Ponudite da ćete pogledati zadaću – mnoga djeca se tomu raduju i opuštenije očekuju sljedeći školski dan. Postupno navikavajte svoje dijete da najprije samo pregleda zadaću pa je tek potom da vama.**
- **Podržite i pohvalite njegov napor i samostalan rad – to će ga motivirati. Uvedite mini nagrade za dobro ponašanje (npr. čokoladica na kraju dobro odrađenog tjedna). Budite u blizini ako želi postaviti pitanja.**

Budući da je svaka životna promjena stresna – bilo pozitivna ili negativna – jer zahtijeva novi način funkcioniranja, budite mu podrška u trenucima polaska u prvi razred.

Ukoliko kroz proces pripreme i tijekom školske godine naiđete na bilo koji problem vezan za Vas i Vaše dijete, s povjerenjem se obratite školskom psihologu, pedagogu i logopedu. Mi smo tu da Vam pomognemo!

I ne zaboravite, dijete koje postaje učenik ne prestaje biti dijete!

Sretno! 😊

Dragi mama i tata,...

Moje su ruke male - molim vas, ne tražite savršenstvo kad god namještam krevet, crtam ili bacam loptu. Moje su noge kratke - molim vas, usporite kako bih mogao ići u korak s vama.

Moje oči, poput vaših, nisu vidjele svijeta - molim vas, dopustite mi da uz vašu zaštitu istražujem, nemojte me nepotrebno sputavati.

Kućnih poslova će uvijek biti. Ja sam malen samo za kratko vrijeme - molim vas, uzmite si vremena da me poučite o ovom čudesnom svijetu. Činite to rado.

Moji su osjećaji krhki, stoga budite osjetljivi na moje potrebe i nemojte mi zanovijetati cijeli dan. (Ni vi ne biste voljeli da netko stalno gunđa zbog vaše radoznalosti).

Ja sam poseban dar. Držite me odgovornim za moja djela, dajte mi smjernice u životu, „grдите me“ s ljubavi.

Da bih rastao, vaše mi pohvale nisu nužne, ali mi je ohrabrenje neophodno. Molim vas, imajte mjeru kad kritizirate. Zapamtite, možete kritizirati ono što radim bez da kritizirate mene.

Molim vas, dajte mi slobodu da odlučujem za sebe. Dozvolite mi neuspjeh kako bih mogao učiti na svojim greškama. Tako ću jednog dana biti spremna donositi prave odluke koje od mene život traži.

Nemojte popravljati za mnom jer se tada osjećam kao da moj trud nije zadovoljio vašu očekivanja. Znam da je to teško, ali molim vas, nemojte me uspoređivati s mojim bratom ili sestrom. Ili s drugom djecom.

Ne bojte se otići na vikend bez mene. Djeca se trebaju odmoriti od svojih roditelja isto kao što roditelji trebaju odmor bez djece. Osim toga, to je izvrstan način da nama djeci pokažete da vam je itekako stalo do vašeg bračnog zajedništva.

Nemojte zaboraviti da sam dijete.