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 nieznajomymi 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.

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. Grupy przedszkolne mogą udać się na wycieczkę do zerówki. Zerówki mogą organizować odwiedziny grup, drzwi otwarte lub spotkania z nauczycielami. Postaraj się wziąć w nich udział. Podczas odwiedzin 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 pory i jadły regularnie posiłki.

Naucz dziecko poczucia odpowiedzialności.

Dzieci, które chodzą do szkoły powinny nauczyć się odpowiedzialności za przygotowanie swoich rzeczy, np. plecaka do szkoły, śniadaniówki i innych rzeczy do szkoły. Do innych obowiązków należy odrabianie lekcji w domu i wykonywanie ćwiczeń w klasie. Dziecko powinno pokazywać ci wszystkie zawiadomienia ze szkoły i uwagi od nauczycieli. Ważne jest, aby już w zerówce dziecko nauczyło się samodzielnie wykonywać swoje szkolne obowiązki. Poczuje się dzięki temu kompetentne i stanie się bardziej odpowiedzialne.

Angażuj się w zajęcia dziecka oraz życie zerówki

Okazywanie dziecku zainteresowania jego postępami w nauce już w zerówce pozwoli mu odczuć, że ważne jest to, co dzieje się w szkole. Zapytaj dziecko, z kim się bawiło, jakie książeczki czytał i w jakich zajęciach uczestniczył. Czytaj na bieżąco zawiadomienia ze szkoły i uwagi od nauczycieli. Chodź na wywiadówki 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: Szkoła jest ważna!

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

Any opinions, findings, conclusions, or recommendations expressed in this tip sheet are those of the author(s) and do not necessarily reflect the views of the Illinois State Board of Education.

Illinois Early Learning Project
University of Illinois Urbana-Champaign
Telephone: 217-333-1386
Toll-free: 877-275-3227
E-mail: iel@illinois.edu
https://illinoisearlylearning.org

Polish 11/25