

Jak wspierać dziecko w rozpoczęciu edukacji szkolnej?

Rozpoczęcie edukacji szkolnej jest dla każdego dziecka dużym wyzwaniem. Stanowi bowiem kolejny, ważny etap w jego życiu. Istotne, aby rodzice potrafili wesprzeć dziecko w tym szczególnym momencie. Celem jest to, aby uwierzyło, że czeka je coś pozytywnego, ciekawego i potrzebnego.

Wsparcie społeczno-emocjonalne

Rozpoczęcie edukacji szkolnej często budzi w dzieciach wiele obaw. *Czy będę dobrze czuł się w nowej szkole? Czy polubi mnie klasa? Czy sobie poradzę?*

Najważniejsze jest wsparcie sfery emocjonalnej dziecka. Zapewnienie mu poczucia bezpieczeństwa w związku z nadchodzącą zmianą. Istotne, aby przygotowywać dziecko do nowego etapu stopniowo. *Bardzo ważny jest stosunek do szkoły wyrażany przy dziecku. Komunikaty, które rodzic przekazuje na temat edukacji, swoich doświadczeń szkolnych są kluczowe w kształtowaniu się pierwszych przekonań u dziecka. Dlatego ważne, aby rodzic wypowiadał się o szkole w sposób pozytywny, dzielił się dobrymi wspomnieniami dotyczącymi zarówno sfery dydaktycznej (przedmiotów, nauczycieli), jak i relacji rówieśniczych.*

W celu oswojenia dziecka z nowym miejscem, warto zorganizować wycieczkę do budynku szkoły, np. w ramach dni otwartych, aby miało szansę wcześniej zobaczyć sale, świetlicę, stołówkę, bibliotekę, nauczycieli i spędzić tam trochę czasu. Rolą rodzica jest zadbanie o to, żeby dziecko zapamiętało te pierwsze doświadczenie pozytywnie.

Warto angażować przyszłego ucznia/uczennicę w kompletowanie szkolnych przyborów (piórnika, zeszytów itp.). Wcześniejsze zaangażowanie dziecka w czynności związane ze szkołą obniży napięcie emocjonalne związane z rozpoczęciem roku szkolnego.

Jeśli dziecko jest osobą bardzo wrażliwą i mimo tych oddziaływań nadal ma wiele obaw, lęków, zadaje dużo pytań, to istotne jest, aby rodzic cierpliwie na nie odpowiadał, w sposób spokojny i pozytywny zarazem. Należy uważać, żeby przypadkowo nie wzmacniać lęków dziecka poprzez nadmierne roztkliwianie się nad nim i liczne zapewnienia o tym, że nie ma się czego bać, np. poprzez zwrot typu: *Nie bój się, wszystko będzie dobrze.* Należałoby wówczas powiedzieć: *Wszystko będzie dobrze.* Można przeczytać dziecku bajki terapeutyczne, które są napisane przez specjalistów, aby ułatwić przejście przez różne etapy w życiu, np. „Szkoła Zwierząt” opracowana przez specjalistów z SP28 w Rybniku, „Bajka o wróbelku” www.edukacja.edux.pl (dostępne on line), „W nowej szkole” Alicja Niemerko-Pająk.

Pod koniec wakacji warto przygotowywać dziecko do porannego wstawania, wykonywania krótkich prac stolikowych. Czynności te pomogą stopniowo wdrażać dziecko do rytmu szkolnego i ułatwią mu początek edukacji.

Pierwszego dnia szkoły najlepiej wszystko dobrze zaplanować, aby uniknąć pośpiechu, chaosu i poczucia niestabilności. Można pozwolić dziecku zabrać drobną rzecz z domu, która pomoże mu poczuć się pewniej i bezpieczniej.

Warto czuwać przez pierwsze miesiące nad integracją dziecka z zespołem klasowym. Codziennie rozmawiać z nim na temat przebiegu dnia w szkole, Rodzic może wspierać dziecko we wzmacnianiu nowych relacji poprzez zapisanie córki/syna na dodatkowe zajęcia z rówieśnikami z klasy, zachęcanie do wspólnego spędzania czasu z dziećmi w świetlicy szkolnej oraz organizowanie spotkań pozaszkolnych.

Wsparcie dydaktyczne

W pierwszych latach nauki szkolnej dzieci nie mają jeszcze ukształtowanych nawyków samodzielnego uczenia się - ani w domu, ani w szkole. Trzeba je wypracować i systematycznie wzmacniać. Nie wystarczy mówić dzieciom, że mają się uczyć, trzeba im stworzyć odpowiednie warunki do tego i aktywnie pomagać w organizacji czynności związanych z obowiązkami szkolnymi, a jeśli zachodzi taka potrzeba – wspierać w pokonywaniu trudności. Na rodzicach spoczywa też obowiązek wykształcenia w dzieciach szacunku do nauki i nauczycieli. Do właściwego wypełniania zadań szkolnych trzeba wdrażać dziecko od początku edukacji, bo wytworzone wtedy nawyki są najtrwalsze.

Rodzicu, jeżeli chcesz, żeby twoje dziecko było dobrym uczniem w szkole, to:

- ✓ zadbaj o jego racjonalny tryb życia - ruch na świeżym powietrzu w ciągu dnia, odpowiednią ilość snu nocnego (8-10 godzin), zrównoważoną dietę (ograniczanie słodczy, niezdrowych tłuszczów, jedzenia typu fast food, słodkich, kolorowych napojów),
- ✓ kontroluj ilość czasu spędzanego przez dziecko przed telewizorem, komputerem, tabletem, smartfonem; dziecko, które jest wypoczęte, ma większe szanse na osiągnięcie dobrych wyników w nauce znacznie mniejszym kosztem,
- ✓ dbaj o stan zdrowia dziecka, bądź czujny na objawy choroby; nie zwlekaj z wizytą u lekarza, gdy dziecko skarży się na bóle głowy, brzucha, innych narządów, trze oczy, ma kłopoty ze snem, moczy się, jest niespokojne, nerwowe, drażliwe, ma słaby apetyt; skrupulatnie przestrzegaj zaleceń lekarskich; dziecko zdrowe lepiej koncentruje się w szkole i szybciej przyswaja materiał,
- ✓ zapewnij dziecku odpowiednie warunki do nauki; zorganizuj mu stały kącik, w którym będzie odrabiała lekcje i gdzie zgromadzi wszystkie niezbędne przybory szkolne; przyzwyczajaj dziecko do codziennego korzystania z niego i utrzymywania w nim porządku; stałe miejsce pracy ułatwia dziecku organizację czynności i sprzyja lepszemu skupieniu uwagi,
- ✓ podczas nauki angażuj wszystkie zmysły dziecka: niech uczy się w ruchu, wykonując coś, mówiąc, śpiewając,
- ✓ pozwól uczyć się na błędach; niech nie boi się ich popełniać, to naturalny sposób uczenia się,
- ✓ graj z dzieckiem w wiele gier planszowych, edukacyjnych; dzięki nim można nauczyć się liczyć, czytać, planować, przewidywać, myśleć logicznie,
- ✓ ustal z dzieckiem w rozkładzie dnia czas przeznaczony na odrabianie lekcji (względnie stały); dziecko nie powinno zasiadać do lekcji bezpośrednio po

obfitym posiłku, ani późnym wieczorem; dobrym okresem do nauki jest czas pomiędzy godz. 15.00-18.00; konsekwentne przestrzeganie godzin przeznaczonych na naukę jest podstawą kształtowania się nawyku uczenia się i zaprocentuje w klasach starszych,

- ✓ okazuj zainteresowanie tym, czego dziecko aktualnie się uczy, rozmawiaj na tematy związane z przerabianym materiałem szkolnym, przeglądaj zeszyty w jego obecności, dziel się z nim swoimi spostrzeżeniami, chwal za wysiłek włożony w wykonanie zadań; dziecko wykonując swoje obowiązki szkolne musi być przekonane, że to co robi jest ważne dla niego i jego rodziców; w atmosferze zainteresowania i życzliwości dziecko uczy się doceniać wartość nauki,

- ✓ przyzwyczajaj dziecko do systematycznego odrabiania lekcji i przygotowywania się do zajęć na następny dzień, wyrabiaj w nim poczucie obowiązkowości i odpowiedzialności za sprawy związane z nauką; systematyczna nauka uchroni dziecko przed powstaniem braków i wykształci w dziecku takie cechy jak pilność, wytrwałość, systematyczność,

- ✓ czuwaj nad prawidłowym przebiegiem odrabiania lekcji, udzielaj dziecku tylko koniecznej pomocy, w sytuacjach kiedy sobie nie radzi, nie odrabiaj lekcji za nie; nie przepisuj jego zeszytów, nie wyręczaj w czynnościach, które może zrobić samo; to zadaniem dziecka jest nauka, a nie opiekuna; wdrażaj je do samodzielności; nadmierna ingerencja rodziców powoduje, że dziecko przyzwyczaja się do pomocy, prowadzi do rozleniwienia i opóźnia jego rozwój; pokaż dziecku, że zadanie domowe może być czymś przyjemnym, choćby dlatego, że z dnia na dzień widać, jakie robi postępy w nauce; pokazuj te postępy; naucz dziecko zaczynać odrabianie lekcji od najtrudniejszych, a kończyć najłatwiejszymi zadaniami,

- ✓ wdrażaj dziecko do wytrwałości, przyzwyczajaj do kończenia rozpoczętych czynności; nie pozwól, by w czasie odrabiania lekcji często odrywało się od pracy, pomóż mu właściwie zaplanować krótkie przerwy, umożliwiające zregenerowanie sił; dziecko w młodszym wieku szkolnym jest w stanie efektywnie skupić uwagę nie dłużej niż 30-40 minut, później musi odpocząć,

- ✓ wdrażaj dziecko do sprawdzania wykonanego zadania i poprawienia zauważonych błędów, nie poprawiaj błędów za nie; dziecko, które nie ma nawyku samokontroli, może ze sprawdzianów pisemnych w szkole otrzymywać gorsze stopnie,

- ✓ powtarzaj z dzieckiem i utrwalać zdobyte w szkole wiadomości, np. podczas wspólnej zabawy, ćwiczeń; sprawdzaj, czy dziecko rozumie treści, które ma opanować; przybliżaj mu je odwołując się do jego doświadczeń; uczenie ze zrozumieniem jest nieodzownym warunkiem postępów w nauce,

- ✓ stawiaj dziecku wymagania adekwatne do jego możliwości; pochwal go za dobrze wykonaną pracę, włożony wysiłek, zaangażowanie; nie karz dziecka za brak umiejętności, mniejsze zdolności, wolniejsze tempo pracy czy drobne niepowodzenia; postępy dziecka w szkole nie mogą być warunkiem miłości rodziców do niego,

- ✓ nie porównuj dziecka z jego rodzeństwem czy kolegami z klasy w zakresie postępów szkolnych, gdyż może to wzbudzić w nim niepokój, obniżyć samoocenę;

dzieci nie rozwijają w jednakowym tempie, każde z nich ma swoją indywidualną drogę rozwoju,

- ✓ pozwól dziecku rozwijać jego własne zainteresowania; własne ambicje odłóż na bok; to, że uważamy, że jakiś zawód jest wymarzony dla naszej pociechy nie znaczy, że je uszczęśliwi; ważne jest, aby mogło samo rozwijać swoje pasje, hobby, doświadczać, eksperymentować, poszukiwać, próbować nowych rzeczy (np. w zakresie wyboru dodatkowych zajęć),

- ✓ niezmiernie istotne jest mądre motywowanie dziecka, np. poprzez drobną nagrodę w postaci uznania rodziców, pochwałę słowną; nie można doprowadzić do tego, by dziecko uczyło się dla nagrody lub w celu uniknięcia kary,

- ✓ postarajmy się dostrzegać nawet najmniejsze osiągnięcia dziecka; pytajmy jak minął mu dzień w szkole, czego nauczyło się, jak i kim spędzało przerwy, a nie jaką dostało ocenę,

- ✓ ufajmy swojemu dziecku, nie odtrącajmy go; postarajmy się zawsze znaleźć czas dla niego, wysłuchać jego problemów, pomóc w razie potrzeby; jeśli my tego nie zrobimy, poszuka pociechy lub pomocy gdzie indziej; wspierajmy je zawsze, cokolwiek się dzieje, bądźmy po jego stronie,

- ✓ nie chrońmy dziecka przed konsekwencjami, jeśli robi coś złego, nie brońmy go – niech poniesie konsekwencje swego czynu; jeżeli wyczuje, że rodzic zawsze go obroni, to istnieje wysokie prawdopodobieństwo, że będzie nadal źle postępowało wiedząc, że i tak nie poniesie konsekwencji za swoje zachowanie,

- ✓ obserwuj postępy dziecka i gdy zauważysz, że uporczywie boryka się z jakąś trudnością, skontaktuj się z nauczycielem i ustal niezbędne formy pomocy im wcześniej udzieli się dziecku wsparcia, tym większa jest szansa, że przezwycięży ono trudności; jeżeli zalecane sposoby pracy z dzieckiem okażą się niewystarczające lub nieskuteczne, to warto skontaktować się z Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną.

Zastosowanie wyżej opisanych wskazówek ułatwi dziecku rozpoczęcie edukacji szkolnej, a rodzicom wskaże istotne obszary, na które powinni zwrócić uwagę. Zapewni dziecku poczucie bezpieczeństwa i komfortu, umożliwiając tym samym efektywną naukę, nabywanie nowej wiedzy oraz umiejętności, jak i wesprze go w integracji z zespołem klasowym.

Artykuł napisany przez
mgr Adrianna Bzymek – psycholog
mgr Joanna Wiczorek - pedagog