



**Szkoła Podstawowa nr 323**  
**im. Polskich Olimpijczyków**  
**w Warszawie**

# **JAK PRZYGOTOWAĆ DZIECKO DO SZKOŁY ???**

**Maria Szilágyi**

**– pedagog szkolny, pedagog specjalny**

**– mama Hani i Zosi**

# NOWY ETAP ŻYCIA

wyzwanie      ciekawość      obawy      duma



stres

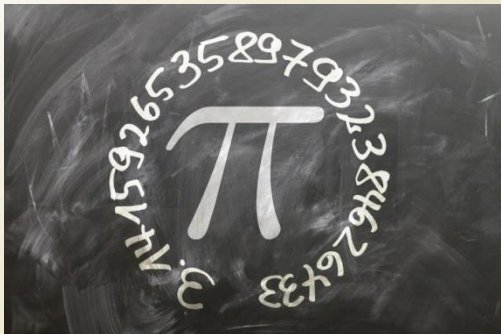
nowe doświadczenie

samodzielność

radość i podekscytowanie

# KODSICO – PRÁVNÍ ZÁKAZNÍK

- Nie okazuj dziecku swoich lęków, obaw, czy wątpliwości.



# ZAPOZNAJ DZIECKO ZE SZKOŁĄ

- Poznajcie drogę do szkoły i przejdźcie ją kilkakrotnie.
- Opowiadaj dziecku o szkole „przy okazji”.
- Nie oferuj dziecku złotych gór, ani nie strasz dziecka szkołą...
- W rozmowie podkreślaj to, co sprawi, że Wasze dziecko poczuje się zainteresowane i ciekawe nowych doświadczeń.



# OPOWIEDZ DZIECKU O SZKOLE, DO KTÓREJ UCZĘSZCZAŁEŚ

- Opowiedz dziecku o swoich pierwszych krokach w szkole .
- Przypomnij sobie, jak się wtedy czułeś – pozwól dziecku przeżywać różne emocje od radości po niepewność, lęk.
- Opowiedz o tym, co lubiłeś robić w szkole, o swoich przyjaciółach, dobrych nauczycielach.
- O szkole rozmawiajcie „na raty”, aby informacje nie przytłoczyły dziecka.





# NOWA SZKOŁA = NOWI KOLEDZY I KOLEŻANKI

- Zadbaj o integrację z innymi dziećmi.
- Zaproś kolegów / koleżanki / najlepszego przyjaciela do domu, umówcie się do kina lub na plac zabaw.



- Dzięki temu Twoje dziecko z większą otuchą i pewnością siebie rozpocznie pierwszą klasę.

# NOWY HARMONOGRAM DNIA

- Organizacja poranków (śniadania, mycie zębów, ubieranie się).
- Pobyt w szkole (obiady, korzystanie ze świetlicy szkolnej, odbiór ze szkoły).
- Popołudnia (obiad w domu, odpoczynek / zabawa, czas na rozmowę o szkole).
- Organizacja wieczorów (pora kolacji, wieczorynki, przygotowanie piórnika/ pakowanie plecaka, przygotowanie ubrań do szkoły).
- ok. 2 tygodnie przed końcem wakacji przyzwyczajaj dziecko do konkretnej godziny kąpieli i snu.



# WSPIERAJ SAMODZIELNOŚĆ SWOJEGO DZIECKA

- Pozwalaj dziecku samemu wiązać buty, włączaj do obowiązków domowych, niech dziecko pomaga Ci przy porządkach, mobilizuj do sprzątania po zabawie itp.
- Chwal dziecko za pomoc, doceniaj jego starania.
- Dzięki temu Twoje dziecko poczuje się z siebie dumne, uwierzy we własne siły i umiejętności.





# WSPÓLNE ZAKUPY I PRZYGOTOWANIA DO SZKOŁY

- Wyprawkę do szkoły kompletuj razem z dzieckiem.
- Pozwól, aby dziecko samo wybrało tornister, piórnik, worek na strój sportowy, zeszyty.
- Wspólnie podpiszcie okładki zeszytów.
- Pamiętaj, aby kupić wygodne buty do szkoły.
- Podpiszcie ubrania dziecka.



# ODPOWIEDNIE MIEJSCE DO PRACY

- Stwórz w domu odpowiednie miejsce do pracy – ciche i przyjazne.
- Zwróćcie uwagę, czy macie dobrze dobrane biurko i krzesło:
  - Oparcie krzesła powinno podierać odcinek lędźwiowy kręgosłupa i nie dochodzić do łopatek.
  - Kąt pomiędzy udem a podudziem powinien wynosić 90 stopni.
  - Pomiędzy udami, a blatem stołu powinna być wolna przestrzeń.
  - Nogi powinny całymi stopami dotykać podłogi,
  - łokcie nie powinny leżeć na stole, ale nieco wystawać poza jego brzeg,



# NAJLEPSZE PRZYGOTOWANIE DO NAUKI PISANIA I CZYTANIA

- Zadbaj, aby Twoje dziecko przebywało jak najwięcej na świeżym powietrzu.
- Ruch jest także ćwiczeniem grafomotorycznym – niech Twoje dziecko skacze, wspina się, pływa, huśta...
- Włączaj dziecko w prace manualne – lepcie razem pierogi, mieszajcie w garnku, zagniatajcie ciasto itp..
- Mięśnie oczu też muszą odpocząć – dziecko powinno spacerować, patrzeć w dal, przebywać wśród zieleni.





# CZAS NA ROZMOWĘ I BYCIE RAZEM

- W pierwszych dniach szkoły zaplanuj dla siebie i dziecka więcej czasu.
- Zapytaj się, jak się dzisiaj czuło, co miłego wydarzyło się, jak ma na imię nowa Pani i koledzy/koleżanki.
- Spraw, aby dziecko czuło się teraz ważne. Powinno mieć poczucie, że jego sprawy są dla Ciebie istotne.
- Przytulaj dziecko, mów że jesteś z niego dumny!

Bawcie się razem!

Bądź z dzieckiem 😊





**OKRES ADAPTACJI  
W NOWYM ŚRODOWISKU  
MOŻE TRWAĆ  
OD 2 DO 6 TYGODNI**

# CZEGO MOŻE BAĆ SIĘ DZIECKO 7-LETNIE?

- lęki dźwiękowe: dzwonek do drzwi, telefon, splukiwanie wody, odgłosy owadów, ptaków
- obawy przed światem nadprzyrodzonym: wiedźmy, duchy, lęk że ktoś chowa się pod łóżkiem
- lęk przed zgubieniem, zostaniem samemu w domu czy pokoju
- lęk przed żywiołami: ogień, woda, grzmot, błyskawica
- Obawa, że gdy rodzic wyjdzie coś mu się stanie, umrze
- lęki wizualne: ciemność, strych, piwnica, cień interpretowany jako duch
- lęk przed spóźnianiem się do szkoły
- lęk przed brakiem akceptacji innych

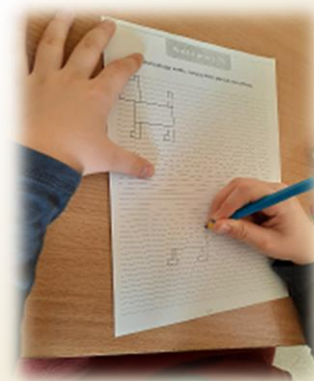
# JAK WSPIERAĆ?

- Wysłuchaj zmartwień, okaż zrozumienie, przytul.
- Nie oceniaj, nie wyśmiewaj trudności, lęków dziecka.
- Nazywaj emocje swoje i dziecka.
- Gdy masz wątpliwości – poradź się wychowawcy klasy, pedagoga lub psychologa szkolnego.
- Bądź oparciem dla dziecka – pomóż mu odnaleźć się w nowych obowiązkach:
  - ✓ Dbaj o rutynę, rytm dnia.
  - ✓ Pomóż w obowiązkach szkolnych – pakujcie wspólnie plecak, sprawdźcie zawartość piórnika.
- Zadbaj o rozsądną ilość zajęć dodatkowych.



# WSPARCIE PSYCHOLOGICZNO- PEDAGOGICZNE

- Prosimy o poinformowanie wychowawcy o trudnościach, jakie ma dziecko.



- Jeśli dziecko posiada orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego lub opinię z poradni psychologiczno-pedagogicznej dotyczącą zaburzeń SI, przetwarzania słuchowego, trudności emocjonalnych, edukacyjnych lub innych prosimy o przekazanie ich kserokopii do sekretariatu szkoły.





# WSPARCIE PSYCHOLOGICZNO- PEDAGOGICZNE W NASZEJ SZKOLE

- Wsparcie w formie indywidualnych rozmów, warsztatów dla całej klasy lub zajęć dla grupki uczniów o charakterze terapeutycznym np. rozwijające kompetencje emocjonalno- społeczne oraz rozwijające umiejętności grafomotoryczne, koncentrację uwagi, komunikację.
- Uczniowie z klas pierwszych objęci są opieką logopedy oraz wszyscy uczniowie posiadający opinię lub orzeczenie – zajęciami korekcyjno-kompensacyjnymi.
- Pedagog i psycholog szkolny z całą klasą będzie prowadził zajęcia integracyjne, o emocjach, radzeniu sobie ze złością itp.



# DIAGNOZA



- Rozmowa rodziców z nauczycielem przedszkolnym o funkcjonowaniu dziecka.
- Wrzesień / październik- obserwacja uczniów przez wychowawcę i specjalistów szkolnych.
- Listopad / grudzień – kierowanie dzieci do PPP, innych poradni specjalistycznych w celach diagnostycznych.
- Wdrażanie procesu terapeutycznego zaleconego przez specjalistów.

# WSPÓŁPRACA



**TYLKO** działając **WSPÓLNIE** możemy **wszechstronnie** i **wnikliwie** zaopiekować się uczniem.

- Dlatego będziemy:
  - ✓ rozmawiać z Państwem na zebraniach oraz zapraszać na spotkania lub webinaria dotyczące różnych sfer pomocy dziecku i jego rozwoju,
  - ✓ pisać do Państwa wiadomości na librusie,
  - ✓ zapraszać Państwa na rozmowy indywidualne dot. dziecka,
  - ✓ pytać się, rozmawiać, wyjaśniać różne sprawy.

W naszej szkole kładziemy nacisk na współpracę, dbamy o przepływ informacji między szkołą i rodzicami zwłaszcza w sytuacjach trudnych, gdy zachowanie dziecka wymaga korekty.

**Tylko wspólne działania rodziców i nauczycieli mogą pomóc dziecku**  
**- bez Państwa zaangażowania i pomocy, nasze działania będą niepełne, a więc i pomoc niekompletna.**

**DZIĘKUJĘ ZA UWAGĘ**