



«Πίστη είναι να κάνεις το πρώτο βήμα ακόμα κι αν δε βλέπεις ολόκληρη τη σκάλα»

ΤΑ ΦΡΕΣΚΑ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΕΝΤΑΞΗΣ ΤΟΥ 11^{ΟΥ} ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ

Πώς μπορώ να προετοιμάσω το παιδί μου για το σχολείο;

(Γιατί το Καλό Ξεκίνημα των Μικρών Μαθητών είναι Σημαντικό...)

ΚΑΛΗ ΣΧΟΛΙΚΗ ΧΡΟΝΙΑ !!! Τ. 151 11-09-2017

Ξεκινήστε την προετοιμασία του παιδιού σας για την πρώτη του χρονιά στο σχολείο αρκετές εβδομάδες πριν την έναρξη του σχολείου. Περιγράψτε του όσο πιο όμορφα και θετικά μπορείτε τι πρόκειται να συμβεί στο σχολείο την πρώτη μέρα, έτσι ώστε να το βοηθήσετε να κάνει μια νοερή «ταξινόμηση» με τι το περιμένει.

Να διαβάζετε βιβλία σχετικά με το σχολείο. Παίξτε μαζί του παιχνίδια ρόλων. Η ανάγνωση βιβλίων, κατάλληλων για την ηλικία του και τα παιχνίδια ρόλων σχετικά με το σχολείο, μπορεί να βοηθήσουν να φανταστεί πώς θα είναι το σχολείο, να ανοιχτεί και να μιλήσει περισσότερο για το σχολείο και για το πώς αισθάνεται γι' αυτό.

Κάντε μέσα από παιχνίδια να φαίνεται το σχολείο διασκεδαστικό. Μιλήστε του για τις δικές σας εμπειρίες από το σχολείο. Περιγράψτε του τις πιο αστείες και ευχάριστες που μπορεί να θυμηθείτε. Εάν το παιδί σας βλέπει ενθουσιασμένους με το σχολείο, υπάρχουν πολλές πιθανότητες να ενθουσιαστεί και το ίδιο.

Ασχοληθείτε με τους φόβους του παιδιού σας σχετικά με το σχολείο. Μην απορρίπτετε τις ανησυχίες του. Πράγματα που για τους ενήλικες φαίνονται αστεία, στα μικρά παιδιά φαίνονται τρομερά εμπόδια. Πείτε του ότι δεν είναι κακό να φοβάται. Παραδεχτείτε με χαμόγελο πως κι εσείς είχατε άγχος και φόβο την πρώτη μέρα, αλλά πολύ γρήγορα τα ξεπεράσατε κάνοντας καινούριους φίλους και μαθαίνοντας καινούρια πράγματα.

Επισκεφθείτε το σχολείο μερικές ημέρες πριν την έναρξη των μαθημάτων. Περιπατήστε μαζί τους χώρους του σχολείου. Δείξτε του τις αίθουσες διδασκαλίας, τις τουαλέτες, το κυλικείο, τις βρύσες, τα γήπεδα, τα γραφεία των δασκάλων και του διευθυντή του σχολείου και εξηγήστε του πώς χρησιμοποιούμε και τι κάνουμε στο κάθε μέρος.

Εξασκηθείτε για τη διαδρομή από και προς το σχολείο. Κάντε τη διαδρομή σχολείο-σπίτι και επιστροφή αρκετές φορές πριν ξεκινήσουν τα σχολεία ώστε να γίνει οικεία για το παιδί, να βάλει τα δικά του σημάδια και να συνηθίσει τη διαδρομή και τη ρουτίνα, είτε πηγαίνει με τα πόδια είτε με το αυτοκίνητο.

Προσαρμοστείτε νωρίς στο σχολικό ωράριο. Μία ή δύο εβδομάδες πριν αρχίσουν τα σχολεία, ξεκινήστε σταδιακά να ακολουθείτε τις ώρες ύπνου της σχολικής περιόδου.

Συναντήστε άλλα παιδιά από την τάξη του. Είναι σημαντικό να βλέπει γνωστά πρόσωπα όταν πηγαίνει σε καινούριο περιβάλλον.

Βεβαιωθείτε ότι ξέρει να φοράει και να βγάζει τα ρούχα μόνο του και να τα τοποθετεί στη σωστή θέση. Καλό είναι να χρησιμοποιεί ρούχα που μπαινουν και βγαίνουν εύκολα, χωρίς πολλά κομμάτια και φερμουάρ. Εάν δεν τα καταφέρνει με τα κορδόνια των παπουτσιών του, στην αρχή να φοράει ειδικά παπούτσια χωρίς κορδόνια. Λυμένα κορδόνια, εκτός του ότι γίνονται αιτία πειραγμάτων, αποτελούν και αιτία ατυχημάτων.

Βεβαιωθείτε ότι ξέρει να χρησιμοποιεί την τουαλέτα. Μάθετέ του να χρησιμοποιεί σωστά την τουαλέτα ειδικά για τα σχολεία που χρησιμοποιούν τις λεγόμενες «τούρκικες». Είναι από τις χειρότερες στιγμές στη σχολική ζωή ενός παιδιού να επιστρέψει στην τάξη λερωμένο επειδή δεν τα κατάφερε στην τουαλέτα. Βάλτε του μια αλλαξιά ρούχα στην τσάντα για να μην χρειάζεται να τρέχετε στο σχολείο και να μην περιμένει το παιδί εκτεθειμένο στα αδιάκριτα βλέμματα των συμμαθητών του και στις κοροϊδίες ίσως άλλων παιδιών. Επίσης, εάν γνωρίζετε ότι ιδρώνει εύκολα ή ότι δεν διατάζει να λερώσει τα ρούχα του με χρώμα ή νερά, ενημερώστε τη δασκάλα του και βάλτε ρούχα αλλαγής στη τσάντα του.

Μάθετέ του να λέει τις ανάγκες του στον δάσκαλό του και να μην περιμένει να συμβεί το ατύχημα για να το πει. Μάθετέ του να χρησιμοποιεί το σωστό λεξιλόγιο για να ζητάει να πάει στην τουαλέτα. Όχι για παράδειγμα, «να πάω για τσίτσα μου». Αρκετά παιδιά ειρωνεύονται τέτοιες εκφράσεις. Μάθετέ του να σκουπίζεται και να πλένει τα χέρια του καλά.

Μάθετε στο παιδί σας να είναι ευγενικό, πώς να ζητάει το λόγο, να περιμένει στη σειρά του και να χρησιμοποιεί λέξεις όπως, ευχαριστώ, παρακαλώ και συγγνώμη. Μάθετέ του να μην χρησιμοποιεί βρισιές.

Μάθετε στο παιδί σας το πλήρες όνομά του, τη διεύθυνση και ένα τηλέφωνο. Να έχει πάντα στην τσάντα του ένα χαρτάκι με τα τηλέφωνα σας και σε περίπτωση απουσίας σας το τηλέφωνο κάποιου συγγενή.

Αφήστε στα παιδιά σας τον έλεγχο σε ό,τι νομίζετε ότι μπορούν να ελέγξουν. Δώστε στο παιδί σας τη δυνατότητα απλών επιλογών που θα το βοηθήσουν και να χαλαρώσει και θα το ενθουσιάσουν.

Προγραμματίστε μια ημέρα που θα πάτε για σχολικά ψώνια. Αφού κάνετε μια λίστα με τα απαραίτητα πράγματα που χρειάζεται να αγοράσει για το σχολείο, πηγαίνετε στην αγορά να δείτε βιβλιοπωλεία και άλλα μαγαζιά, να συγκρίνετε τιμές, ποιότητα, σχέδια, χρώματα και στο τέλος να αγοράσετε αυτά που θέλετε, επιπλέον και στο παιδί να εντοπίσει πράγματα που θέλετε να αγοράσετε, να διαλέξει την κασετίνα του και εάν όχι την τσάντα του τουλάχιστον το χρώμα της.

Σκεφτείτε από το προηγούμενο βράδυ και προγραμματίστε πρακτικές λεπτομέρειες που θα επιτρέπουν σε σας και στο παιδί σας να ξεκινάτε τη μέρα σας χωρίς βιασύνη και άγχος, όπως το πρωινό ξύπνημα, η προετοιμασία του πρωινού, το πακετάρισμα του κολατσιού, τα ρούχα του παιδιού, η προετοιμασία και ο έλεγχος της σχολικής τσάντας, η μεταφορά του παιδιού από και προς το σχολείο.

Την προηγούμενη ημέρα πριν την έναρξη, αφήστε το παιδί σας να επιλέξει τα ρούχα που θα φορέσει και διακριτικά παρέμβετε, εάν κάτι δεν σας αρέσει. Εάν δυσκολεύεται να αποφασίσει, επιλέξτε δύο φορεσιές και αφήστε να επιλέξει το πρώτο. Μ' αυτό τον τρόπο θυμάται και τα ρούχα που φοράει και δεν τα ξεχνάει στο σχολείο. Εάν νομίζετε ότι θα συναντήσει δυσκολίες στην αρχή με τα πράγματά του, ράψτε ετικέτες με το όνομά του, εσωτερικά στα ρούχα του και βάλτε ετικέτες στα βιβλία του ή σε άλλα πράγματα που θα χρησιμοποιεί στο σχολείο. Ετοιμάστε το κολατσιό του ή το μεσημεριανό του και κάντε εξάσκηση με το άνοιγμα και το κλείσιμο του τάπερ που θα το βάζει μέσα. Εάν σας εξυπηρετεί να φωνάζει από το κυλικείο, συνηγορήστε για το τι θα αγοράζει και πώς θα πληρώνει. Ενημερώστε και τον/την υπεύθυνη του κυλικείου για να αποφεύγονται παρεξηγήσεις.

Εάν το παιδί σας πηγαίνει στο σχολείο με τα πόδια ενθαρρυνέτε το να δημιουργήσει φίλους για τη διαδρομή. Εάν πηγαίνει εσείς το παιδί στο σχολείο, χαιρετίστε τους φίλους του και τους γονείς τους. Αναπτύξτε δεσμούς με τους άλλους γονείς για κάθε έκτακτη περίπτωση αλληλοβοήθειας.

Κανονίστε πώς θα λέτε αντίο στο σχολείο. Σκεφτείτε πώς κατά τη γνώμη σας θα θέλει το παιδί σας να λέτε αντίο στην εξόπορτα του σχολείου.

Συνηγορήστε σχετικά με το πού θα περιμένει το παιδί να το πάρει μετά το τέλος των μαθημάτων και τι θα κάνει σε περίπτωση που αργήσετε. Φροντίστε να ενημερώσετε το σχολείο, εάν πρόκειται να παραλαμβάνει το παιδί κάποιος άλλος εκτός από εσάς.

Μάθετε για την πολιτική του σχολείου σχετικά με την είσοδο των γονέων στο σχολείο ή και στις τάξεις. Μάθετε εάν επιτρέπεται να συνοδεύετε τα παιδιά στις τάξεις τους και πόσο μπορείτε να μείνετε μέσα στο σχολείο.

Να φτάνετε πάντα στο σχολείο πριν χτυπήσει το κουδούνι. Δεν χρειάζεται να ξεκινάει η μέρα του με παρατηρήσεις από τους δασκάλους.

Όταν φτάσετε, μιλήστε με άλλους γονείς. Χαιρετίστε γνωστά παιδάκια. Δείξτε τον ενθουσιασμό σας και κάνετε θετικά σχόλια για τον δάσκαλο και το σχολείο.

Εάν σας επιτραπεί την πρώτη μέρα να συνοδεύετε το παιδί σας στην τάξη του, εστίαστε στη χαρούμενη πλευρά του σχολείου. Κάντε μερικά σύντομα θετικά σχόλια για την αίθουσα και τους συμμαθητές του. Σταθείτε διακριτικά δίπλα του και αφήστε το να επιλέξει πού θα καθίσει, να τακτοποιήσει την τσάντα του, να μιλήσει με κάποιο παιδί. Όταν το παιδί τακτοποιηθεί στην τάξη, φύγετε με ένα γρήγορο και καθησυχαστικό αντίο.

Εάν δεν επιτρέπεται να συνοδεύετε τα παιδιά σας στην τάξη, κάντε μια γρήγορη έξοδο. Φυσικά χαιρετίστε το παιδί σας και τον δάσκαλο του και όταν είναι η ώρα να φύγετε, φύγετε.

Εάν το παιδί σας δεν σας αφήνει να φύγετε το πρωί, ζητήστε βοήθεια από τον δάσκαλο. Προφανώς έχει διαχειριστεί πολλές παρόμοιες καταστάσεις και θα γνωρίζει πώς να σας βοηθήσει.

Ενημερώστε τον δάσκαλο ή τον διευθυντή του σχολείου για ό,τι θεωρείτε εσείς απαραίτητο, ό,τι πρέπει να γνωρίζει το σχολείο (προβλήματα υγείας, κινητικά προβλήματα, λήψη φαρμάκων, διαζύγιο, δυσλεξία, αυτισμός, προβλήματα συμπεριφοράς).

Γνωρίστε τον δάσκαλο του παιδιού σας. Όσο πιο γρήγορα γνωρίσετε τον δάσκαλο του παιδιού σας και αναπτύξετε μια θετική σχέση μαζί του τόσο πιο γρήγορα το παιδί σας θα προσαρμοστεί στο νέο περιβάλλον και θα γίνει ανεξάρτητο από εσάς.

Αφού ενημερωθείτε από τον δάσκαλο για τους κανόνες που ισχύουν στο σχολείο και στην τάξη σχετικά με τη συμπεριφορά, την πειθαρχία, την ασφάλεια, τη μελέτη, συζητήστε τους στη συνέχεια στο σπίτι με το παιδί σας.

Να συμμετέχετε στις δραστηριότητες του σχολείου. Στις γιορτές, στις εκδρομές, στις συναντήσεις γονέων κ.ά..

Να ενθαρρύνετε την ανάπτυξη δεξιοτήτων, όπως να κρατάνε σωστά το μολύβι, να κόβουν με το ψαλίδι, να διπλώνουν χαρτιά, να ενώνουν τελείες, να ζωγραφίζουν, να χρησιμοποιούν τις κόλλες.

Να του δείχνετε αριθμούς, να διαβάζετε αριθμούς, διευθύνσεις, να μετράτε ρυθμικά, να παίζετε παιχνίδια που απαιτούν μέτρημα, να κάνετε συγκρίσεις χρησιμοποιώντας φράσεις, όπως: περισσότερο, λιγότερο, μικρότερο, μεγαλύτερο.

Απόσπασμα από το βιβλίο του δασκάλου του 12^{ου} Δημοτικού Σχολείου Ν. Σμύρνης Παναγιώτη Ράντου: «Αρχίζω το Σχολείο... Σου 'ρχομαι». Επιλογή: Κυριάκος Περβανάς Τ. Ε.

Πηγή: Π. Ράντου, «Αρχίζω το Σχολείο» ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ, Όσα Χρειάζεται να Ξέρετε για το Δημοτικό Σχολείο, εκδ. Δήμος Νέας Σμύρνης, Γραφείο Παιδείας, 2015