

Pripravite vašega prvošolčka na šolo

Odhod v šolo je za otroka velika prelomnica. Da bi spremembe čim boljše sprejel, ga moramo na to ustrezno pripraviti. Zelo mu bomo pomagali, če bo samostojen in neodvisen in bo znal sam početi stvari, ki se jih od njega pričakuje.

Obuvanje in oblačenje

V teh letih bi se otrok že moral znati sam obuvati in si zavezovati vezalke. Fina motorika, ki jo pri tem uporablja, mu bo zelo prav prišla pri uporabi svinčnika, ko bo sedel v šolski klopi. Seveda se lahko izognemo težavam in otroku kupimo čevlje na ježka ali take brez zapenjanja. A prej ali slej se bo moral naučiti tudi zavezovati vezalke. Enako je pri oblekah. Če mu gumbi delajo težave, je najbolje izbrati obleko oz. hlače na elastiko, brez gumbov.



Opravljanje potrebe

Opravljanje velike in male potrebe na wc-ju je stvar otroka in stvar rutine, ki bi jo v tem času že moral imeti – brisanje, splakovanje, umivanje rok. Naučiti ga moramo, da pravočasno misli na svoje fiziološke potrebe in gre na wc med odmorom, ne pa med šolsko uro.

Umivanje rok

Tudi pri umivanju rok je rutina ključnega pomena. Vsi smo namreč sužnji navad in če redno ob določenih priložnostih umivamo roke, se bo to otrok spomnil sam narediti, tudi ko nas ne bo zraven. Povejte mu kratko zgodbo o tem, kaj se zgodi, če si rok in obraza ne umijemo. Zgodbico o bakterijah, ki prinašajo različne bolezni in o milu in vodi, ki te bakterije spereta z rok in obraza. Tako si bo lažje zapomnil, zakaj je dobro skrbeti za higieno.

Uporaba jedilnega pribora

Uporaba jedilnega pribora je za mnoge otroke problem, tako da je dobro njegovo uporabo redno vaditi. To je še ena aktivnost, ki izboljšuje fino motoriko, brez katere ni niti uspešne grafomotorike (gibi, ki se izvajajo pri pisanju). Redno imejte skupne družinske obede, tako se bo otrok z opazovanjem vas sam naučil, kako uporabljati jedilni pribor.



Pospravljanje

Naučite otroka, da je pospravljanje neločljivi del igre ali druge aktivnosti. Ko mu, na primer, daste Lego kocke, povejte: "Zdaj se bomo igrali s kockami, potem pa jih bomo pospravili nazaj." Otroka vedno vnaprej pripravite na manj prijetne aktivnosti, ki jih bo sčasoma sprejel kot del "paketa". Bodite dosledni in ne pospravljajte namesto otroka, ker vam je v danem trenutku to enostavneje od prepričevanja otroka, da naj to sam stori.

Uporaba robčka

Naučite otroka, da s papirnatim robčkom sam prekrije nos. To je nekaj, kar večina otrok zlahka obvlada. Potem pa naj pihne, obriše nos in vrže robček v smeti. Imejte krajši tečaj lepega obnašanja in mu pojasnite, kako naj si izpiha nos brez nekih dramatičnih zvočnih efektov in kazanja vsebine robčka sošolcem. Naj to stori diskretno in čim manj moteče za ostale. Povejte mu, kaj naj naredi s polnim robčkom, ko ga ne more odvreči v posodo za smeti.



Foto: [Nathan](#)

Deljenje z ostalimi

Pogovarjajte se z otrokom o deljenju stvari in o recipročnosti. Pojasnite mu pomen tega v praksi in izpostavite dobre stvari deljenja z drugimi otroki na primeru šolskega pribora, malice ali športnih rekvizitov.

Spoštovanje starejših

Pojasnite otroku, da se mora z odraslimi osebami pogovarjati drugače kot z vrstniki. Natančno povejte, kako se lahko in kako se ne sme obnašati do šolskega osebja. Ne rušite avtoritete učiteljev in ostalih uslužbencev, ker s tem samo omalovažujete tudi tisto, kar ga v šoli uči.

Veščina poslušanja

Pri pogovoru poudarite, da poslušate in potem, da govorite. Tako si bo otrok zapomnil vrstni red. Vadite pogovor toliko časa, dokler otrok ni sposoben potrpežljivo počakati brez vpadanja v besedo, ko mu pravite ali berete nekaj strani dolgo zgodbico. Naučite ga, da vprašanja o zgodbici postavi šele takrat, ko pride čas za to.

Druženje

Da bi se vaš otrok lažje vklopil v razred, ga poskušajte že pred tem spoznati z bodočim sošolci. Najbolje je, da ga redno peljete na igrišče v bližini šole, kjer se zagotovo igra tudi nekaj njegovih bodočih sošolcev. Ne vsiljujte prijateljstev in ne navezujte stikov, naj to spontano počnejo otroci sami. Otrokom, ki so hodili v vrtec, je lažje, saj bodo zagotovo poznali kakšnega sošolca že od tam.



Pitje vode

Najbolj praktično in najbolj zdravo je, da otrok v šoli pije vodo direktno iz pipe, ampak tako, da se je z usti ne dotika in pri tem ne uporablja (verjetno umazanih) dlani. Razne plastenke za vodo samo dodatno obremenjujejo tako nahrbtnik kot tudi hišni proračun in zelo hitro postanejo leglo bakterij, ker se z vsakim požirkom del vsebine iz ust pomeša z vodo v plastenki. Poletne počitnice so odlična priložnost, da otroka na javnih mestih (park, plaža, igrišče itd) naučite piti vodo.

Reševanje sporov

Pogovarjajte se z otrokom o tem, kako naj se obnaša v konfliktnih situacijah. Na primerih mu pojasnite, kako naj reagira, ko ga drugi otrok udari, užali, izziva ali ignorira. Naučite ga, kako naj se postavi zase in se zaščiti, da ne bi postal tarča nasilnežev. Pojasnite mu, v katerih primerih lahko sam poskusi rešiti težavo in kdaj je bolje poiskati pomoč starejših.