

KAKO KOD KUĆE PRIPREMITI DIJETE ZA POLAZAK U ŠKOLU



Polazak u školu jedan je od najvažnijih trenutaka u životu kako za dijete tako i za roditelje. Ono označava početak novog životnog razdoblja tj. školskog doba te trenutak kada dijete iz obiteljske sigurnosti ulazi u nove životne situacije i postaje dio organizirane i strukturirane sredine. U školi se prvi put susreće s obvezama, s osjećajem odgovornosti i novom organizacijom života.

S obzirom da je trenutno radi pandemije obustavljen rad odgojno-obrazovnih ustanova, priprema za školu odvija se isključivo kod kuće, uz roditelje. Da bi vam u ovoj ionako stresnoj i teškoj situaciji donekle olakšali taj zadatak, ovdje ćemo vam donijeti primjere aktivnosti kojima ćete kod djece potaknuti razvoj vještina potrebnih za uspješno savladavanje školskih obaveza, a koje su prikladne za rad kod kuće.

Aktivnosti za poticanje vještina fine motorike i grafomotorike:

- Likovno izražavanje po izboru djeteta, korištenje raznih likovnih tehnika, crtanje osnovnih geometrijskih oblika (krug, trokut, kvadrat) – *obratiti pažnju na pravilan hvat olovke (bojice, flomastera) i pritisak na papir (ne prejak niti preslab)*
- Crtanje linija oko svoje ruke ili nekog predmeta
- Popunjavanje bojanki čime dijete vježba bojanje unutar linija
- Napravite zadatke u kojima dijete treba po stazici, puteljku ili liniji dovesti predmet s lijeva na desno i obratno, odnosno jednostavnije labirinte (Ako ste u mogućnosti printati, ovdje ćete naći puno primjera <https://terapeut-u-kuci.com/download/>)
- Spajanje točkica da se dobiju određeni oblici
- Igra plastelinom ili tijestom, oblikovanje kuglica, nizanje na štapić
- Nizanje gumbića ili perlica na konac ili vunicu, slaganje gumbića/perlica po unaprijed iscertanom obliku
- Rezanje škarićama, npr. sličica iz letaka koje će onda dijete lijepiti, rezanje po iscertanom obliku
- Vezanje vezica, otkopčavanje/zakopčavanje gumbića
- Slaganje puzzli

- Igranje igračkama za građenje kao npr. lego kockama
- Lijepljenje naljepnica

Aktivnosti za poticanje spoznajnog razvoja – uključuju znanja o svijetu koji nas okružuje, prostorne odnose, vremenske odnose, matematičke kompetencije:

- U svakodnevnim aktivnostima povremeno zapitajte dijete koje je sad **doba dana** (jutro, podne, večer...), koje doba dana slijedi, koje je bilo prije, kada idemo spavati, kada se budimo, kada ručamo itd...
- Zapitajte dijete kakvo je vani **vrijeme** (oblačno, sunčano, kišovito, vjetrovito...), koje je sad **godišnje doba**, koje godišnje doba je bilo prije ovoga, koje dolazi poslije
- Pitajte dijete koji je sada **dan u tjednu**, koji je bio jučer, koji dolazi sutra, koliko tjedan ima dana
- Obratite pažnju da dijete usvoji **orijentaciju na sebi i u prostoru**: lijevo-desno, gore-dolje, ispred-iza, unutar-izvan tako da koristite svakodnevne situacije za vježbu, npr. „Stavi žlicu desno od tanjura“, „Lijevom rukom dotakni nos“, „Stavi šalicu na stol“, „Što je ispred, a što iza tebe?“ i sl...
- Vježbajte **brojenje i usvajanje pojma količine** - npr. pitajte dijete koliko je tanjura na stolu, neka donese tri autića, četiri kocke, čega ima više, što je veće, a što manje i sl.
- Potičite usvajanje **osnovnih boja i nijansi i pojam skupa** – npr. dijete treba sortirati nešto prema određenom obilježju – izdvojiti sve plave kocke, sve mekane igračke, odvojeno posložiti velike i male autiće. Također možete pitati dijete da vam u prostoriji u kojoj se nalazi pronađe sto više toga npr. zelene boje itd. Možete tražiti dijete da iz letaka izreže slike hrane i na papir zalijepi na lijevu stranu voće, a na desnu povrće i sl. (time dijete ujedno vježba grafomotoriku)
- Naučite dijete **osnovne informacije o sebi i obitelji**: koliko ima godina, kako se zovu roditelji, gdje i što rade (to je prilika za razgovor o zanimanjima), kako se zovu ulica i kvart u kojem žive, u koju školu će ići i dr.
- Dajte djetetu da brine o sobnoj biljci/biljkama – da ju redovito zalijeva, pitajte ga što je biljkama potrebno za rast, potaknite da prati rast biljke, izbijanje novih listova, cvjetova...
- Postavljajte djetetu **jednostavne pitalice** i potaknite ga da samo smišlja svoje (npr. Što je to što sije na nebu, veliko je, žuto, grije nas? - sunce)

Aktivnosti za razvoj predčitalačkih vještina:

- čitajte djetetu priče koje će ono prepričavati,
- dok čitate pratite tekst prstom kako bi dijete shvatilo da tekst ide s lijeva na desno i da slova prate riječi koje izgovarate,
- igrajte igre u kojima ćete osvijestiti glasovnu analizu i sintezu: nabrajajte što više riječi koje počinju na zadani glas, zatim riječi koje završavaju na zadani glas, učite razlikovati kratke od dugih riječi i sl.

Aktivnosti za razvoj predpisalačkih vještina:

- kod djece se često spontano javlja potreba za crtanjem, pisanjem i bojanjem te je stoga poželjno djetetu osigurati radni kutak gdje će moći crtati, bojiti, rezati, lijepiti i sl.,
- potičite dijete na precrtavanje zadanih oblika, spajanje točkica i bojanje unutar zadanih okvira,
- obratite pažnju na pravilan hvat olovke te na neaktivnu ruku koja treba pridržavati papir.

Aktivnosti za razvoj matematičkih koncepata:

- s djecom sortirajte i prebrojavajte igračke ili druge djetetu zanimljive predmete,
- uspoređivajte velike i male predmete,
- uspoređivajte namještaj po visini i širini,
- razgovarajte u šetnji o tome što je blizu, što daleko, što je visoko, što je nisko itd.

Što je još važno?

Socio-emocionalni razvoj

Prilagodba djeteta na školu ovisit će i o njegovim socio-emocionalnim kompetencijama, odnosno o sposobnosti da bude prihvaćeno u okolini. Dijete koje se nauči nositi s frustracijama i negativnim osjećajima, lakše će se prilagoditi i okolina će ga lakše prihvatiti, za razliku od djeteta koje nema iskustvo nošenja s frustracijama (pretjerano zaštićivano dijete). Razvoj socio-emocionalnih vještina je ono na što bi se roditelji trebali najviše fokusirati u pripremi svoje djece za školu.

Što sve uključuje socio-emocionalni razvoj?

- **Razvoj samostalnosti**

Samostalnost djeteta razvijat ćete vjerujući svom djetetu da može i zna. Važno je znati da je samostalno dijete samopouzđano, sretno i uspješno. Zato se trudite činiti sljedeće:

- budite dosljedni u svom odnosu prema djetetovim obavezama i stvaranju radnih navika (npr. očekujte od djeteta da samostalno posprema igračke, odijeva se, hrani, posprema krevet itd.),
- nemojte preuzimati djetetove obaveze i činiti stvari umjesto njega (ukoliko se dijete samo počešlja, umije, opere zube, pospremi svoje stvari i sl., stječe sigurnost u sebe i ponosno je jer je samo nešto učinilo).

Naravno da za razvoj samostalnosti, posebno kod neke djece, treba puno strpljenja, no roditelju će biti lakše kad zna da samostalnost na koncu utječe i na djetetovo samopoštovanje, bez čega je nemoguće izrasti u stabilnu ličnost.

- **Samoregulacija i kontrola emocija**

Ova sposobnost pretpostavlja da se dijete zna suzdržati, odnosno odgoditi zadovoljenje neke svoje potrebe. Na primjer, kada želi nešto reći ili učiniti, da to može odgoditi neko vrijeme, dok ne dođe trenutak za to. Samoregulacija se odnosi i na to da dijete zna kontrolirati svoje emocije. Osim što ih do polaska u školu valja naučiti prepoznati, dijete ih mora moći znati i (barem donekle) kontrolirati. Roditelji često pokušavaju zaštititi svoje dijete u tolikoj mjeri da mu onemogućavaju da se suoči s neuspjehom i frustracijama, a to nije dobro. Frustracije su sastavni dio odrastanja i sazrijevanja te pomažu djetetovu razvoju. Zato se trudite činiti sljedeće:

- pomozite djetetu da nauči razlikovati emocije (razgovarajte o tome kako izgleda i ponaša se onaj tko je sretan, tužan, ljut itd. i ne bojte se pokazati vlastite emocije),
- pomozite djetetu da pronade prihvatljiv način kontrole vlastitih emocija (npr. kada si jako ljut, stisni jastuk ili broji do 5 i sl.),
- dozvolite djetetu, u određenoj mjeri i situacijama, da uči na svojim pogreškama (dijete koje se previše zaštićuje, razvija osjećaj manje vrijednosti).

- **Prilagodljivost društvenim normama i pravilima**

Djeci se neće svidjeti sva pravila, ali ih moraju naučiti poštivati. Svakom djetetu potrebne su jasne granice i pravila da bi se osjećalo sigurno, no u njihovu postavljanju treba paziti na uravnoteženost i „pravu mjeru“. Pravila ne trebaju biti ni prekruta niti prefleksibilna. Kako bi dijete razvilo potrebne socio-emocionalne vještine važno je da mu:

- pokažete ljubav i poštovanje čak i kad ste ljuti na njega (trudite se ne kritizirati dijete, već njegovo neprimjereno ponašanje),
- objasnite što želite da učini i zašto to želite (npr. „Važno mi je da pomakneš ove igračke jer se bojim da ću pasti preko njih”, a ne „Napravi to jer ja tako kažem”).

Razvoj pažnje

Osim dobre pripremljenosti za usvajanje akademskih znanja (čitanja, pisanja, matematike) i socio-emocionalnog razvoja, za uspješno školovanje važnu ulogu ima i djetetova pažnja.

Pažnja se najčešće razvija spontano, bavljenjem djetetom te usmjeravanjem njegovih aktivnosti na ciljane zadatke. Kako dijete ne bi imalo problema s pažnjom, posebno je važno uvesti mir i strukturu u djetetov život, igrati društvene igre, čitati priče te ograničiti vrijeme gledanja crtića i korištenja računala, mobitela, tableta i sličnih uređaja.

Zapamtite! Sve navedene aktivnosti su različitog stupnja težine i zahtijevaju različitu usvojenost određenih vještina. Svako dijete je individua i različitim tempom usvaja znanja i vještine te zato **aktivnosti prilagodite mogućnostima i interesima svoga djeteta**. Nastojite ne biti frustrirani ako dijete nešto ne zna ili ne razumije – u ovom razdoblju razvoj je vrlo buran i nova znanja i vještine se mogu usvojiti u kratkom periodu.

Uvijek započnite s jednostavnijim aktivnostima koje djetetu idu da bi ono steklo samopouzdanje i volju za učenje, a onda mu nudite kompliciranije i izazovnije zadaće. Neka se sve odvija u opuštenoj atmosferi, kroz igru, jer djeca tada najlakše uče. Cilj je da dijete učenje zavoli, a ne da mu se zamjeri još prije kretanja u školu.

Pripremila:

Marija Lisica, psihologinja