

ATMINTINĖ TĒVAMS

KAIP PASIRUOŠTI MOKYKLAI IR NESUKLYSTI?

KAIP PADĒTI BŪSIMAM PIRMOKUI?



- Mokykite vaiką saugiai elgtis gatvėje, parodykite saugiausią kelią į mokyklą ir iš jos.
- Mokykite vaiką apsirengti, nusirengti, susidėti savo drabužius, užsirišti batų raištelius.
- Pratinkite vaiką prie jo amžiui skirtų pareigų, darbų, kuriuos atlikęs jis gali užsiimti savo mėgstama veikla.
- Mokykite vaiką pačiam susitvarkyti tualetu reikalus.
- Pratinkite vaiką užbaigti pradėtą darbą ir kruopščiai jį atlikti.
- Skatinkite susitvarkyti savo darbo vietą.
- Mokykite vaiką orientuotis erdvėje (kairė, dešinė, kairės pusės apačia, viršus ir pan.).
- Kelionių, išvykų metu stebėkite įvairius užrašus, tarkite raides, skiemenis, žodžius, dainuokite.
- Skaičiuokite (kiek vaikas mato medžių, namų mašinų), lyginkite ko yra daugiau, ko mažiau.
- Pratinkite skirti kairę ir dešinę puses (vaikai dažnai painioja puses, nežino, į kurią pusę sukis).
- Mokykite dirbti su popieriumi, naudotis žirkklėmis.
- Skatinkite vaikus kurti pasakojimus, juos iliustruoti piešiniais, mokykite deklamuoti eilėraščius išraiškingai, aiškiai, neskubant.
- Turėdami reikiamų daiktų sąrašą, jų pirkti vykite kartu su vaiku. Vaikas patirs teigiamų emocijų, išsirinkęs kad ir kelis daiktus pagal savo skonį. Tokiu būdu vaikas pasijus atsakingas už savo mokymąsi.
- Leiskite vaikui pasidžiaugti naująja kuprine, rašymo priemonėmis, kitais mokyklai skirtais daiktais. Tegu vaikas mokosi juos susidėti ir išsiimti iš kuprinės.
- Nepamirškite fizinės veiklos - judėjimas padeda atpalaiduoti kūną po įtemptos veiklos.
- Pratinkite vaiką prie būsimos dienvakės likus kelioms savaitėms iki mokslo metų pradžios. Būtinai atstatykite dienos režimą, pirmiausia sureguliuokite miego ir poilsio laiką, kad užtikrintumėte fiziologinius poreikius.

Mokslo metų pradžia turi būti malonus vaiko gyvenimo įvykis, o ne veikla, kuri verčia vaiką jausti stresą, nerimą ir baimę.





AŠ JAU PIRMOKAS.

PAGALBA ADAPTUOJANTIS PIRMOJE KLASĖJE



- **Adaptacija prie naujos situacijos, aplinkos vyksta pirmus tris mėnesius**, o apie kylančius sunkumus galima kalbėti tik praėjus 5-6 mėnesiams ir pastebėjus vaiko emocinę būseną, bendraujant su juo, peržvelgiant kylančius sunkumus.
- Pradėjus lankyti mokyklą papasakokite apie savo vaiką mokytojui, informuokite apie vaiko sveikatą, emocinę aplinką, kuri gali turėti įtakos vaiko savijautai mokykloje. (Neslėpkite skyrybų, krizių, pokyčių šeimoje). **Bendraukite su mokytoju, reguliariai domėkitės**, taip vaikas matys, kad jums rūpi jo mokslai. **Stebėkite dienyną, pradinuko užrašus, kartu pasidžiaukite jo pasiekimais ir pagyrimais**.
- Ugdykite atsakomybę. Jei namų darbų pirmokams neužduoda, tai **mokykite atsakingai susidėti reikmenis mokyklai**. Ugdykite ne tik atsakomybę bet ir savarankiškumą.
- **Susidūrus su dėmesio sunkumais, verta kreiptis pagalbos į mokyklos specialistus** ir klausti, kokie pratimai ar žaidimai padės sutelkti dėmesį. Pagalbos galima kreiptis į psichologą, psichikos sveikatos centrą, pedagoginę psichologinę tarnybą ar į psichologus privačiai.
- **Dažniau drąsinkite ir palaikykite vaiką**, pirmokui tai sudėtingas etapas, neturėkite per didelių lūkesčių savo vaiko atžvilgiu, drąsindami ir palaikydami stebėkite daromą pažangą, o ne patį rezultatą. **Nelyginkite savo vaiko su kitais klasės vaikais, broliais ar seserimis**. Jūsų vaikas unikalus ir kiekvienas vaikas ateina į mokyklą turėdamas skirtingus gebėjimus.
- Klaida perdėtas noras padėti pradinukui, nereiktų sėdėti šalia savo vaiko jam atliekant užduotį arba net daryti už jį. Mokiniai greitai pripranta prie nuolatinės pagalbos. Dėl tokio pripratimo ateityje gali kilti sunkumų. Geriau laikykitės taktikos: „**Kai reikės pagalbos, mane pakviesk**“.
- Svarbiausias dalykas - **išmokyti vaiką atėjus į mokyklą prašyti pagalbos**, tai mokėdamas vaikas jausis saugiau.
- Tėvai nori vaikui užtikrinti visokeriopą ugdymą, net ir po pamokų. Tačiau **nereikia persistengti - turiningas laisvalaikis nebūtinai krūva būrelių**. Tokio amžiaus vaikai turi žaisti, bendrauti su tėvais, bendraamžiais. Būrelį leiskite vaikui išsirinkti pačiam.
- **Pirmokui labai svarbus dienos režimas**. Padėti dienotvarkę sudaryti turi tėvai. Jeigu laikėtės patarimų ir dienotvarkę turėjote prieš mokyklą, dabar ją tik pakoreguokite. Užrašykite, gražiai papuoškite ir pakabinkite matomoje vietoje. Vaikas turi žinoti, kada jis eina miegoti, kada mokosi, kada bendrauja su draugais, kiek laiko ir kada žaidžia kompiuteriu, skaito knygelę. **Stabili dienotvarkė tampa dienos rutina, kuri vaikui suteikia stabilumo, saugumo, moko planuoti laiką**.
- **Apie mokyklą, mokytojus, mokymosi svarbą kalbėkite tik pozityviai** – taip padėsite mokyklai ir sau išlaikyti autoritetą vaiko akyse. Nevėluokite į pamokas, stenkitės nuvykti prieš pamokas, kad vaikas susikauptų prieš veiklas, pasiruoštų joms.

Vaikai dažniausiai pavyzdį ima iš suaugusiųjų, todėl pirmiausia mes patys turime būti pasiruošę šiai nuostabiai kelionei, kuri truks iki 12 metų ir tiek mus, tiek mūsų vaikus augins kaip asmenybes.

(Atmintinę pagal specialiąją literatūrą paruošė mokyklos psichologė Agnė Markauskienė)