

TRAINS PROJECT

2019-1-UK01-KA201-062038

НАРЪЧНИК НА РОДИТЕЛЯ



ЗА УСПЕШЕН ПРЕХОД
ОТ ДЕТСКА ГРАДИНА КЪМ
НАЧАЛНО УЧИЛИЩЕ



Съфинансиран от програма
„Еразъм+“
на Европейския съюз





ПРОЕКТ TRAINS

Преход към училище за всички

2019-1-UK01-KA201-062038

Интелектуален Резултат 3

Ръководство за родители относно прехода към
първи клас



**LEEDS
BECKETT
UNIVERSITY**

United Kingdom



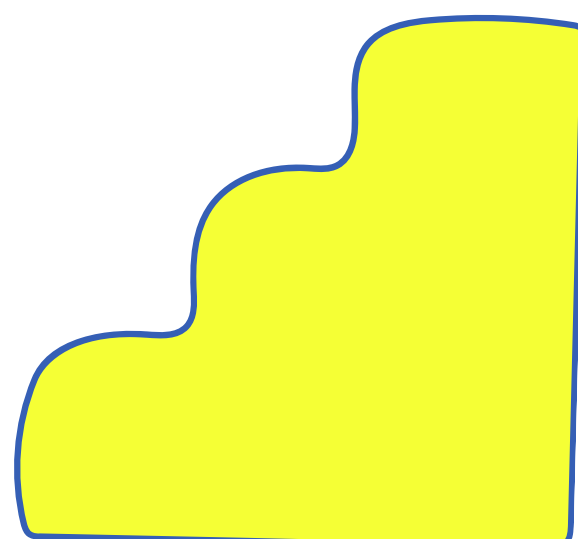
ICER europe

Institute of Child Education and Psychology

Съфинансиран от програма
„Еразъм+“
на Европейския съюз



Подкрепата на Европейската комисия за изготвянето на настоящата публикация не представлява одобрение на съдържанието, което отразява гледните точки само на авторите и не може да се търси отговорност от Комисията за всяка употреба, която може да бъде използвана за информацията, съдържаща се в нея.



Съдържание

Глава 1: Въведение **4**

Гласът на родителите **6**

Глава 2: От гледната точка на вашето дете **7**

Чеклист за готовността на вашето дете да посещава училище **11**

Глава 3: Подготовка за училище **12**

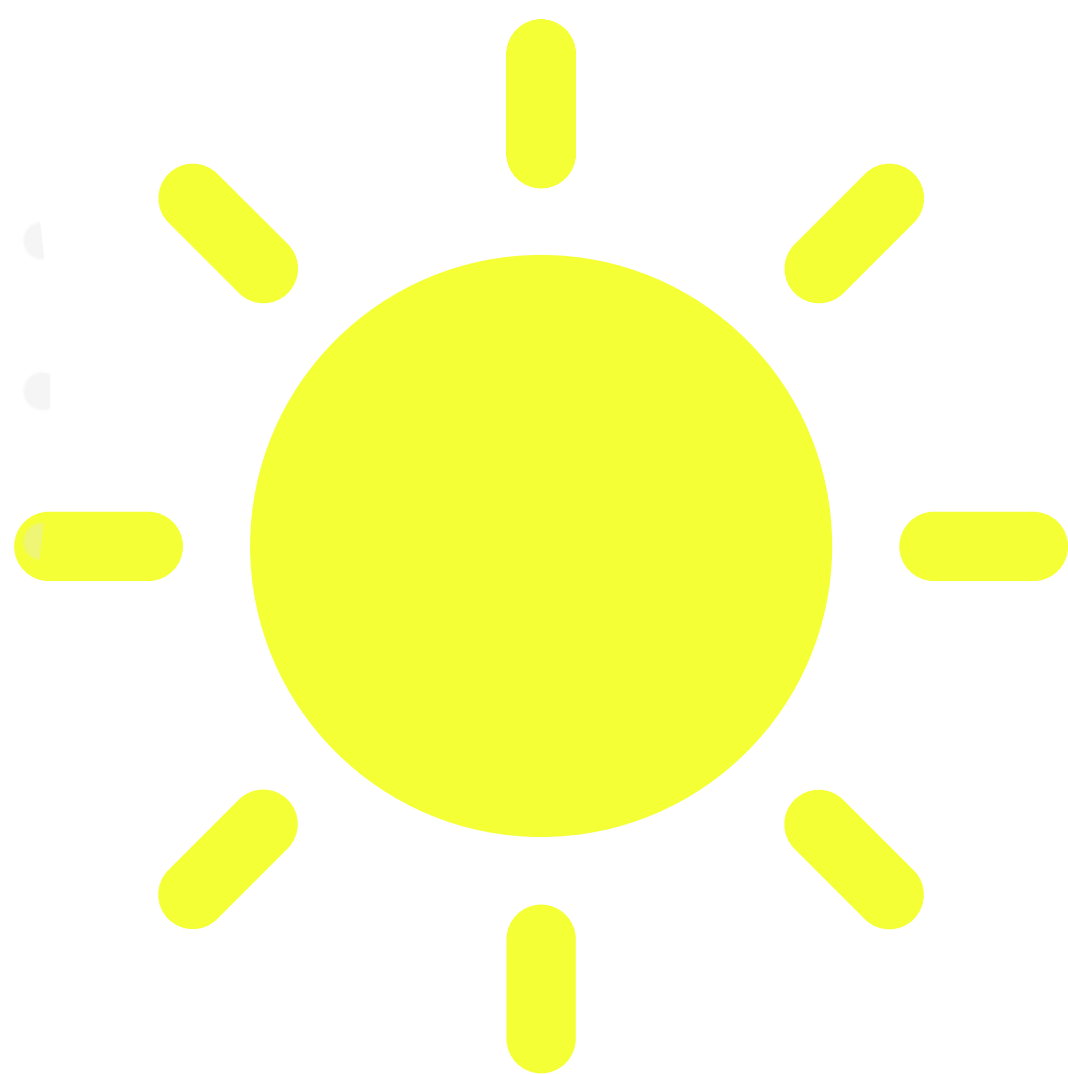
Глава 4: Първите дни в училище **15**

Глава 5: Лични условия **19**

Глава 6: Подкрепа на родителите при управлението на прехода и справянето с предизвикателствата **22**

Глава 7: Споделен личен опит за прехода **25**

**Малкото зайче тръгва
на училище** Приказка **27**



ГЛАВА 1: ВЪВЕДЕНИЕ

Започването на училище е важен и вълнуващ момент в живота на малките деца и може да бъде предизвикателство както за тях, така и за родителите им. Вашето дете се превръща от малко дете в ученик, напуска познатата среда на детската градина и навлиза в нов етап от живота си, доминиран от училището. Като родител можете да помогнете на детето си да развие уменията, от които се нуждае, за да бъде готово за училище, като го насочвате през този преход.



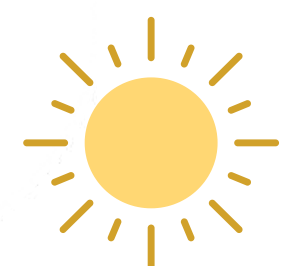
Помислете за промените, през които е преминало детето ви в миналото. Когато става въпрос за подготовка за училище, вие естествено сте най-добрият източник на утеха и подкрепа за вашето дете. Използвайте родителската си интуиция и опит, както и съветите в това ръководство, за да осигурите на вашето дете плавен преход към началното училище.

Подготовката за училище или преходът се разглеждат като процес, който протича във времето и започва, когато децата се подготвят за училище в домашна среда, продължава в групата за задължителна предучилищна подготовка, и завършва едва когато се адаптират напълно към училището.

Нека това ръководство бъде за вас, Скъпи родители, за да помогнете и подкрепите хармоничния преход на вашето дете. Тук ще намерите полезни съвети и идеи, както и практически насоки, които ще са ви необходими по време на този процес.

Не забравяйте - положителният преход се основава на добра емоционална, социална и практическа подготовка.

Значението на прехода от предучилищно учебно заведение към начално училище



Преходът е процес на преминаване от едно състояние към друго и отнема известно време за приспособяване.

Преходът от предучилищно учебно заведение към начално училище е признат за един от най-значимите преходи за малките деца, тъй като представлява началото на голяма промяна в живота им. От този момент нататък те ще навлязат в нов интензивен период на физическото и интелектуалното си развитие, като същевременно ще усъвършенстват усвоените преди това рутинни действия и ще развият нови, по-сложни и комплексни способности за общуване и поведение.

Когато си спомняте за първите си дни в училище, може би изпитвате гордост, че най-накрая сте станали ученик, или пък сте се притеснявали дали учениците и учителите ще бъдат любезни с вас. Вашето дете ще има подобни мисли и емоции, свързани с ходенето на училище. Радостта и любопитството са най-често срещаните емоции при децата. Някои деца може да се чувстват неудобно и несигурни в резултат на промяната, както се случва при всички големи промени. Преходът отнема време на децата, а някои се адаптират по-бързо от други.



ГЛАВА 1: ВЪВЕДЕНИЕ

При прехода от предучилищното учебно заведение към начално училище, има няколко важни задачи за решаване, като например:

- Сбогуване с някои деца и възрастни от предучилищното заведение;
- Изграждане на нови взаимоотношения с деца и възрастни в училище;
- Справяне с новите очаквания, които се поставят пред тях като малки ученици;
- Приспособяване към ново пространство и ежедневие в училище;
- Научаване на четене, писане и смятане.

Посрещането на тези предизвикателства, свързани с развитието на едно дете, е трудно за всеки малък ученик и неговото семейство. Положителното справяне мотивира детето и го придвижва напред в развитието му.

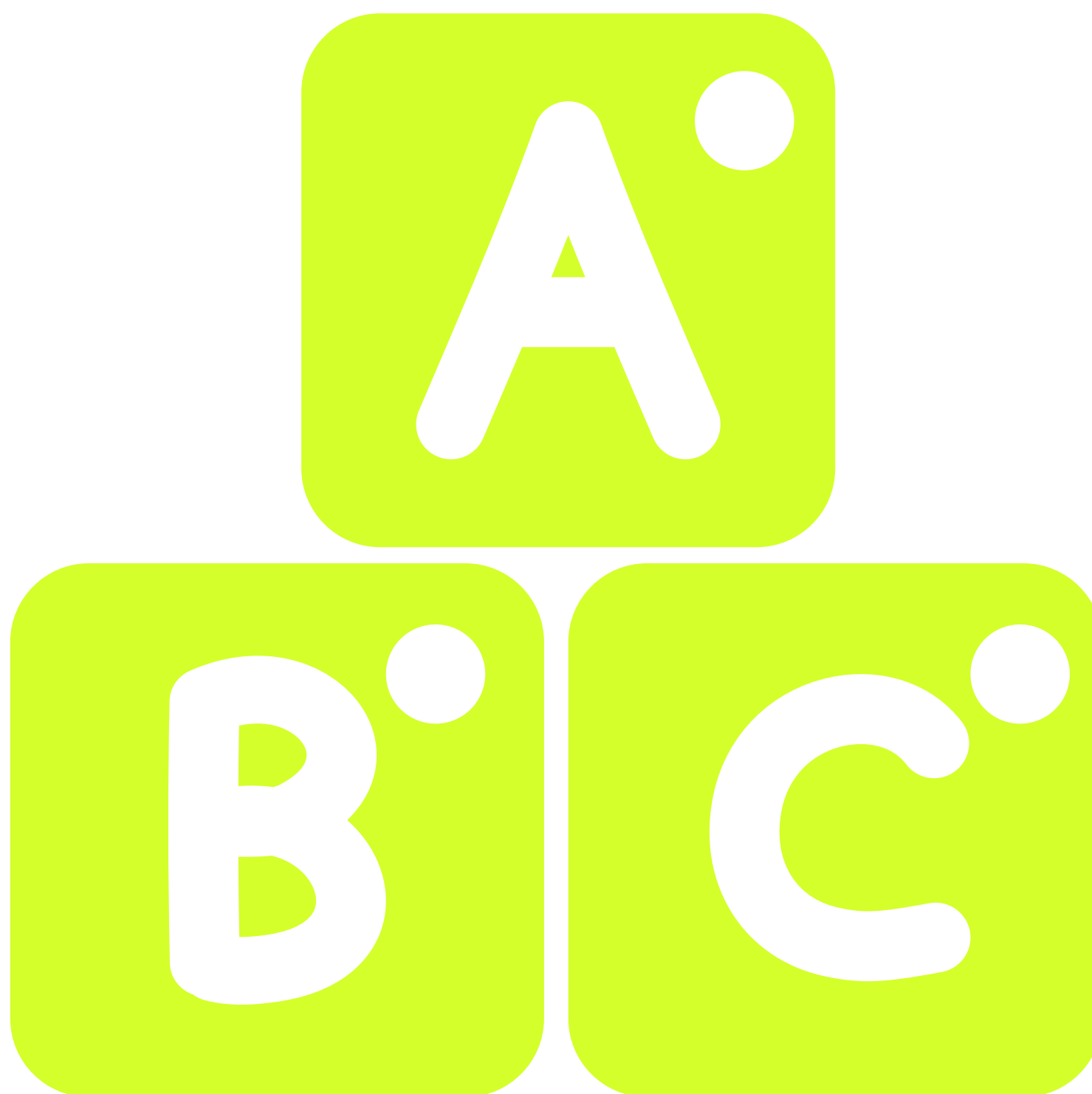
Вашето дете вече е натрупало опит в справянето от преходни ситуации, като например започване на предучилищна подготовка или появата на друго дете в семейството. Всеки успешен преход укрепва способността на детето да се справя с бъдещите промени.

Помислете :

Какво е помогнало на детето ви да се справи с други преходи и промени в живота си?

- Внимавайте как се изразявате по отношение на училището.
- Имайте предвид, че негативните изказвания могат да поставят детето ви под натиск.
- Подкрепете детето си и вярвайте, че то ще се приспособи към промяната.

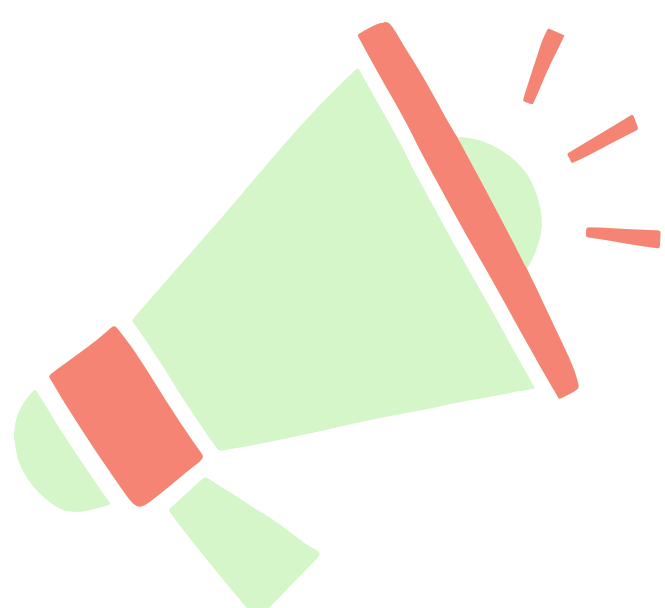
Всеки ден Вие му помагате да положи здрави основи за своето бъдеще, за да може да очаква началото на учебната година с радост, любопитство и оптимизъм...



ГЛАСЪТ НА РОДИТЕЛИТЕ

В този раздел са представени основните акценти от докладите от проучванията, проведени в страните партньори с родители, чиито деца са в процес на преход.

- Според родителите в Ирландия, Обединеното кралство, България и Германия посещенията и дните на отворените врати в училище и родителските срещи са дейностите, които училищата използват най-често.
- Родителите смятат, че преживяното по време на пандемията е имало до голяма степен отрицателно въздействие върху децата им в образователен, емоционален и социален аспект. За повечето от тях преходът към дистанционно обучение и новата среда на учене не се възприемат положително.
- Според резултатите от проучването една от основните пречки е комуникацията между родителите, детските градини и училищата; Covid 19 задълбочава проблема с комуникацията.
- Повечето деца в четирите държави на проучването посещават предучилищна подготовка поне една година преди да започнат училище.
- Повечето от респондентите са имали деца, които са започнали училище по време на пандемията, с изключение на извадката от Англия.
- Родителите са предимно положително настроени към важноста на посещаването на предучилищно заведение за подготовка за училище.
 - Данните от Англия сочат, че предучилищните заведения се опитват да организират преходни посещения в началното училище. Те също така се обръщат към персонала на училището с молба да посещават децата в предучилищното заведение.
 - Родителите правят всичко възможно, за да подготвят децата си за училище, особено по време на пандемията.
 - Посещенията и дните на отворените врати в училище и родителските срещи са дейностите, които училищата използват най-често.
 - Родителите смятат, че преживяното по време на пандемията е имало до голяма степен отрицателно въздействие върху децата им в образователен, емоционален и социален аспект. За повечето от тях онлайн преходът или образователните възможности не се възприемат положително.
 - Повечето родители изразяват желанието си да бъдат по-пряко ангажирани и изслушвани по време на процеса на Преход.



Глава 2: От гледната точка на вашето дете

Започване на диалог с вашето дете:

Родителите играят важна роля в прехода на децата към началното училище и наистина допринасят за този процес, в който уважителният диалог е от съществено значение. Ефективният преход зависи от доброто планиране, но и от добрата комуникация.

Лесно е да се каже: "Разговаряйте с детето си!", но как да го накараме да говори за чувствата си така, че да го разберем? На тази възраст децата бързо забравят събитията от деня, но продължават отново да ги преживяват. Способността им да разказват все още не е достатъчно развита, така че дори и да им се иска да споделят нещо, те бързо се объркват и изгубват в детайлите и се отказват.

Ето няколко съвета как да започнете диалог с детето си, за да разберете как се чувства:

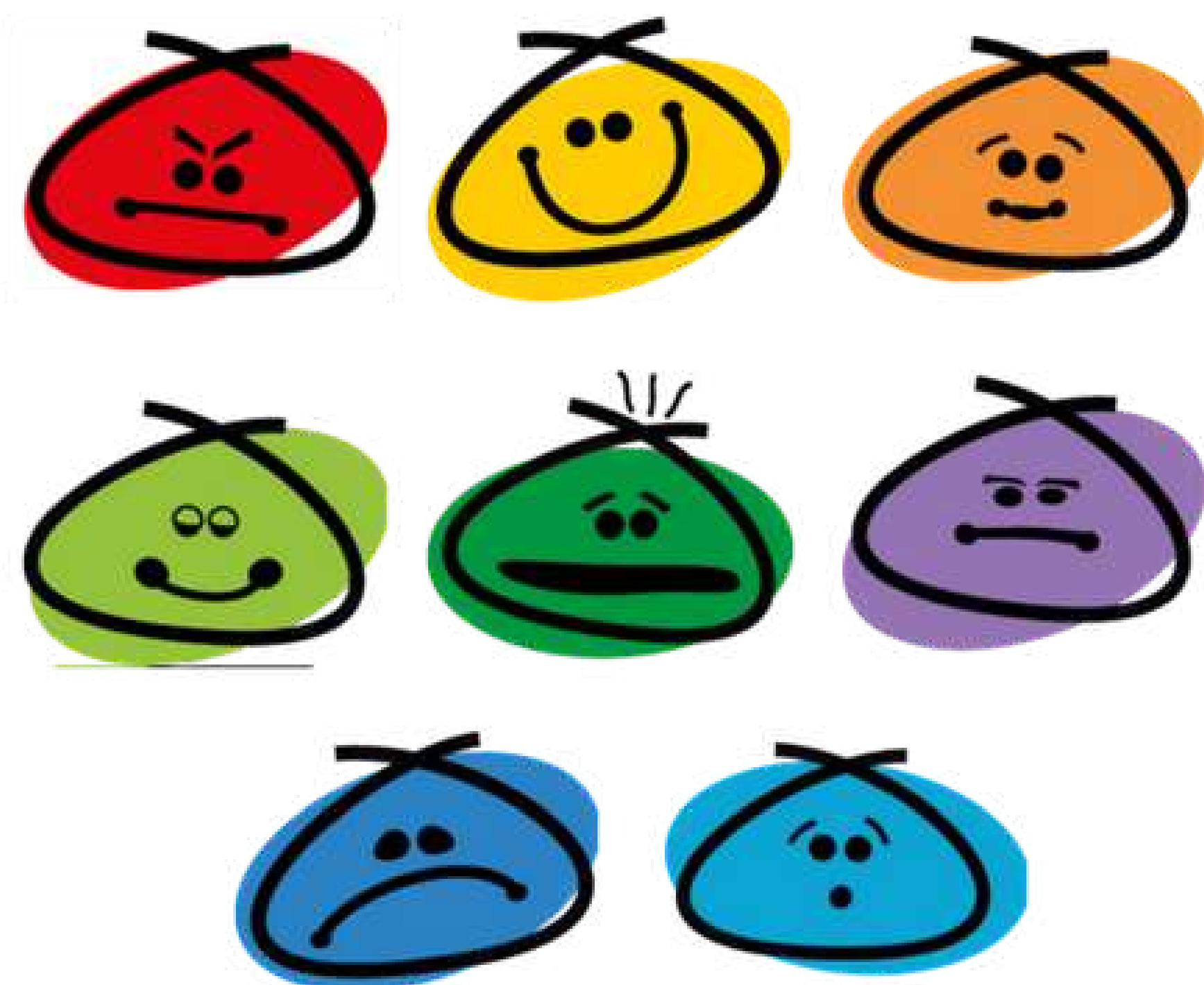
Вие най-добре познавате детето си и вече знаете как то може да се справи с прехода от предучилищно заведение към начално училище. Някои деца може да обичат да говорят много за това, а други изобщо да не говорят за това, така че уважете този факт. Поемете инициативата от детето си.

- Кажете на детето си, че предучилищната подготовка приключва. Помогнете му да разбере, че е нормално да се чувства тъжно или самотно по този повод. В много предучилищни заведения се организират дейности за отбелязване на този момент. Поговорете с него за преживяванията му в предучилищната група, включително за нещата, които е направило и постигнало, за приятелствата, които е имало, и за постиженията, с които най-много се гордее. Може да създадете папка/портфолио с дейностите му от детската градина и да прекарате известно време в разглеждането им заедно през лятото.
- Началото на всяка мъдрост е в слушането. Важно е да сте отворени към гледната точка на детето и да слушате внимателно, ако то задава въпроси или се опитва да изрази чувствата си. Това ще ви помогне да разберете правилно какво преживява и чувства то, неговата гледна точка и по този начин да разберете същността на посланието му.
- Ако темата за училището се повдигне по време на ежедневните занимания с детето ви, използвайте тази възможност, за да започнете разговор. Прекалено многото разговори за училището обаче могат да накарат детето ви да се чувства по-притеснено.
- Говорете и назовавайте чувствата на детето си, за да му помогнете да разбере и да се справи с различните чувства (например: "Изглежда, че се притесняваш/страхуваш от ..."). Четенето на приказки с картинки за чувствата помага на децата да разберат собствените си чувства.



Глава 2: От гледната точка на вашето дете

- Обяснете, че опасенията му, като например "Ще си намеря ли приятели?", са нормални и ще изчезнат след няколко дни. Помнете, че дори притесненията му да ви изглеждат неоснователни, за вашето дете те са напълно реални.
 - Отделете му време, за да ви обясни или опише събитията.
 - Избягвайте да го прекъсва, дайте му време и пространство, за да отговори само, дори ако знаете какво ще каже.
 - Признайте му ("Знам, че може да е страшно да отидеш на ново място...") и го уверете, че чувствата му са нормални ("Когато бях на твоята възраст и трябваше да отида на училище, също се страхувах, но след няколко дни това премина.")
 - Избягвайте да използвате бебешки говор.
 - Обсъдете предстоящите промени с детето си. Децата може да не изразяват емоциите си вербално, но това не означава, че не мислят за тях. Попитайте детето си какво очаква с нетърпение, каква информация няма и какви притеснения има.
 - Съобразявайте се с поведението си. Позволете на детето си да говори и не говорете вместо него. Говорете с детето за вашите дни в училище.
- ✓ Споделете или измислете забавен спомен за първия си учебен ден, ако нямате такъв.
- ✓ Обсъдете любимите си аспекти от училището, когато сте били дете.
- ✓ Направете така, че училищните теми да са свързани с интересите на детето ви (напр. ако то обича да спортува, говорете за часовете по физическо възпитание и т.н.)
- Когато е възможно, предоставяйте на детето си проста информация за неговите притеснения и въпроси, на нивото на неговото разбиране.
 - Говоренето, рисуването и/или използването на игрови дейности относно прехода към начално училище може да осигури чувство за сигурност и комфорт.
 - **Благодарете му за това, че е споделило притесненията си и е помислило, как да ги разрешите заедно.**



Създаване на комфорт на детето, за да посещава училище

Семейни ролеви игри

Използването на разкази и ролеви игри може да помогне на детето ви да изразява свободно емоциите си и да пресъздава събития от живота си, които са го вдъхновили и впечатлили. Чрез тези игри те се учат как да общуват с другите, развиват социалните си умения, упражняват езика и общуването, усвояват житейски ценности и развиват въображението си.

Можете да помогнете на детето си да се подготви за промяната, като разиграете обичайни социални сценарии, с които ще се сблъска в училище, например: как да се запознае с някого, да започне разговор, да попита дали може да участва в игра или да поиска помощ от учител.

По този начин децата разширяват познанията си за социалните отношения, формират умения за взаимодействие и се научават да търсят решения в различни ситуации.

- Опитайте се да играете на "училище" у дома - когато детето ви е в ролята на отговорен учител, то може да разгледа идеите, които има, за това какво може да се случи в училище. С представата за неговите очаквания можете да му помогнете с рутинните действия, които може да му се наложи да извършва - да пише името си, да знае датата, дните от седмицата и т.н.

Ролева игра "Училище"

Необходими реквизити: магнитна дъска, азбука, цифри, маркер, звънец, тетрадки, химикалки, възглавнички, кукли.

Сценарий: Първоначално оставете детето си да бъде ученик, а вие - учител. Можете да добавите кукли, за да създадете атмосфера на класна стая. Използвайте възглавниците като бюра. Проведете разговор за това защо е необходимо училището, кой работи там и какво правят учениците в класната стая. Учителят бие звънеца. След това поставя задачи, които учениците изпълняват самостоятелно. Другият урок, друг учител. Сменете ролите си и оставете детето да бъде учител.

Можете да разигравате различни часове - математика, физкултура, музика и т.н.

- Можете да организирате учебен ден с програма в неделя сутрин у дома, а детето може да бъде ученик. Децата могат да се научат да свикват с училищния режим, като структурират деня въпреки като училищен ден, с междучасия.

Други социални сценарии, които можете да разиграете с детето си:

- Ходене пеша до училище;
- Пътуване с училищен автобус;
- Представяне на себе си пред другите;
- Организиране на съвместни игри с бъдещите съученици;
- Позволете на детето да води - от време на време прекъсвайте ролевата игра, за да позволите на детето да поеме ролята си.



Чеклист за ГОТОВНОСТТА НА вашето дете да посещава училище

Не съществуват конкретни критерии и начин да се определи 100-процентово ниво на подготовка, тъй като всички деца са напълно различни и се развиват със собствено темпо. Съществуват и различия в техните силни и слаби страни.

Не е необходимо детето ви да може да напише всички букви от азбуката или да чете книжки, за да е готово за училище!

Готовността за училище може да се определи като способност на детето да се справя емоционално сред група хора, като същевременно е готово да учи, както и дали детето е готово да общува с други възрастни и деца без присъствието на родителите си.

Когато детето ви започне да ходи на училище, то трябва да се справя с повечето от следните действия. Използвайте този чеклист, за да проверите до каква степен детето ви е готово да постъпи в училище, както и за да установите потенциални пропуски.



ЧЕКЛИСТ

За готовността на детето ми да посещава училище



СОЦИАЛНА СРЕДА

- Детето ми остава спокойно, когато се отдели от мен.
- Моето дете проявява интерес към други деца и желае да общува с тях (играе самостоятелно и в група).
- Детето ми уважава личните вещи на другите деца.
- Детето ми не трябва да е постоянно в близост до възрастен.
- Детето ми се адаптира лесно към нова обстановка (на гости, при пътуване и др.)
- Докато играе с другите, детето ми споделя играчките си, редува се и спазва правилата.

ГРИЖА ЗА СЕБЕ СИ

- Детето ми може самостоятелно да си закопчава копчетата и използва ципа на дрехите си.
- Детето ми може да обува и събува чорапи и обувки и да си облече и съблече якето.
- Детето ми се храни самостоятелно без затруднения.
- Детето ми може да ползва самостоятелно обществените тоалетни.
- Детето ми почиства след себе си (лични вещи, принадлежности за рисуване и др.)
- Детето ми може да си мие ръцете и да си избърсва носа.

КОМУНИКАЦИЯ

- Детето ми слуша и изпълнява указания.
- Детето ми има желание да задава и отговаря на въпроси.
- Моето дете се обръща за помощ, когато е необходимо.
- Моето дете търси похвали и възхищение от другите.
- Моето дете е наясно с последствията от собствените си думи и дела.

СЛЕДВАНЕ НА ИНСТРУКЦИИ

- Детето ми може да спазва график и ежедневен режим.
- Детето ми може да следва две или три инструкции ("извади помагалото си, отвори на страница 9 и намери картинката").
- Детето ми лесно се пренасочва към нови дейности.
- Детето ми разбира и спазва правилата.
- Детето ми свързва действията с последствията им.

САМОРЕГУЛАЦИЯ

- Моето дете изразява открито чувствата си (тъга, радост, разочарование).
- Детето ми изразява своите нужди (да отиде до тоалетната, да помоли за помощ и т.н.).
- Моето дете се справя добре с тревожността.
- Детето ми може да слуша приказка.

ФИНИ ДВИГАТЕЛНИ УМЕНИЯ

- Моето дете оцветява в рамките на линиите.
- Детето ми може да изрязва прости фигурки.
- Детето ми може да нарисува проста рисунка.
- Детето ми започва да проявява прецизност при рисуване и може да нарисува човек.
- Детето ми може да копира прости движения.

СЪСРЕДОТОЧАВАНЕ И ВНИМАНИЕ

- Детето ми може да задържи вниманието си и да слуша приказка в продължение на 10 минути.
- Детето ми може да следва визуални инструкции.
- Детето ми може да разкаже съдържанието на позната приказка.
- Детето ми може да прати сравнения и да открива прилики и разлики.
- Детето ми разбира прости концепции като днес, утре, вчера.

ГРУБИ ДВИГАТЕЛНИ УМЕНИЯ

- Детето ми може да скача, прескача и да балансира на един крак.
- Детето ми може с лекота да тича, да се катери и да се движи пъргаво.
- Детето ми може да рита, хвърля и хваща топка.



Глава 3: Подготовка за училище

Осигуряване на емоционална подкрепа

Животът ни е изпълнен с промени, по време на които преминаваме от един етап в друг. Преминаването от една учебна среда в друга може да бъде вълнуващо, но може да бъде и причина за безпокойство за вас и вашето дете.

Естествено е да се чувствате притеснени от това, че детето ви започва училище, но не забравяйте, че детето ви лесно може да улови вашите емоции. Децата са естествено емоционални - те разпознават и най-малката нотка на тревога, колебание или напрежение в поведението на родителите си. Опитайте се да бъдете спокойни и позитивни, вместо да показвате тревогата си. Запомнете - Емоционалното състояние на детето е по-важно от придържането към детайлите. Родителите често са толкова вгълбени в детайлите, свързани с процеса на преход, че могат да забравят най-важното - емоционалното състояние на детето.

- Избягвайте безкрайните разговори за училището - фактическото отношение към него, вместо това се фокусирайте върху "голямата крачка напред", ще помогне за успокояване на тревожното дете.
- Ако Вие сте ентузиазирани от факта, че детето ви ще започне училище, това ще му изпрати по-позитивно послание, че училището е нещо интересно, с което ще се справи добре и ще му хареса.
- Не превъзнасяйте училището, тъй като вашето дете може да се почувства разочаровано или недоверчиво, ако то не оправдае очакванията му!
- Отидете с него, за да купите нови учебни пособия, дрехи и раница. Детето ще бъде по-склонно да използва закупените артикули, ако е участвало в избора. Позволете, например, детето да направи избор за дизайна и цветовете, които най-добре съответстват на личността му.
- Позволете на детето да изпробва новата си училищна униформа.
- Позволете му да избере какво ще вземе със себе си в училище. Прочетете и обсъдете с детето си истории за започването на училище.
- Говорете си за други негови приятели, които също ще са там.
- През лятото поддържайте контакт с познати деца, които ще бъдат в класа на детето ви - ако е възможно, организирайте срещи за игра или дори излети заедно.
- Освен че е от полза за детето ви, за вас е полезно да можете да разговаряте за чувствата и тревогите си с другите родители, които може би изпитват същото.
- Ако виждате, че децата се разбират, защо не организирате вечер с преспиване.



Глава 3: Подготовка за училище

Безопасност на детето

Децата в първи клас все още са под постоянния надзор на учителите, но имат по-голяма самостоятелност, отколкото в предучилищна възраст.

Децата постепенно придобиват самостоятелност и могат да бъдат оставяни сами в стаята за кратко време. В този случай най-доброто, което можете да направите, е да научите детето на някои основни правила за безопасност, като например да знае пълното си име, имената на родителите си и домашния си адрес, да избягва контакти с непознати и да търси помощ, ако се почувства застрашено.

Наблегнете на безопасността на детето си. Научете го как да внимава, когато пресича улицата, когато се качва и слиза от училищния автобус, и как да играе безопасно в близост до преминаващи автомобили. Покажете му колко е важно да играе безопасно с другите деца, а също и на съоръженията на детската площадка, за да не падне върху врата и главата си.

- Ако искате детето ви да спазва правилата за безопасност, трябва самите Вие да му давате добър пример. Докато упражнявате ходенето до училище с детето си, създайте семейни правила за безопасност при ходене.
- Научете детето си на правилата за движение по пътищата и практикувайте карането на велосипед по маршрута до училище заедно с него.
- Не викайте детето си от другата страна на улицата. Когато пресичате улицата, винаги избирайте най-безопасната алтернатива.
- Ако на детето ви е позволено да ходи самостоятелно, напомняйте му да се оглежда в двете посоки повече от веднъж, преди да пресече улицата.
- Отидете на автобусната спирка с детето си, за да го научите на правилния начин за качване и слизане от автобуса. Обяснете правилата при пътуване с училищен автобус и заедно ги упражнявайте, когато е възможно.
- Научете децата си да стоят на 2 метра (или 3 големи крачки) от бордюра.
- Научете детето си, че е важно да потърси помощта на възрастен, ако получи някакво нараняване. Напомняйте му да не прилага техники за самопомощ като почистване на раната с вода от чешмата и др.
- Кажете на детето си никога да не се качва в кола на непознат или да влиза в чужд дом без ваше разрешение.



Глава 3: Подготовка за училище

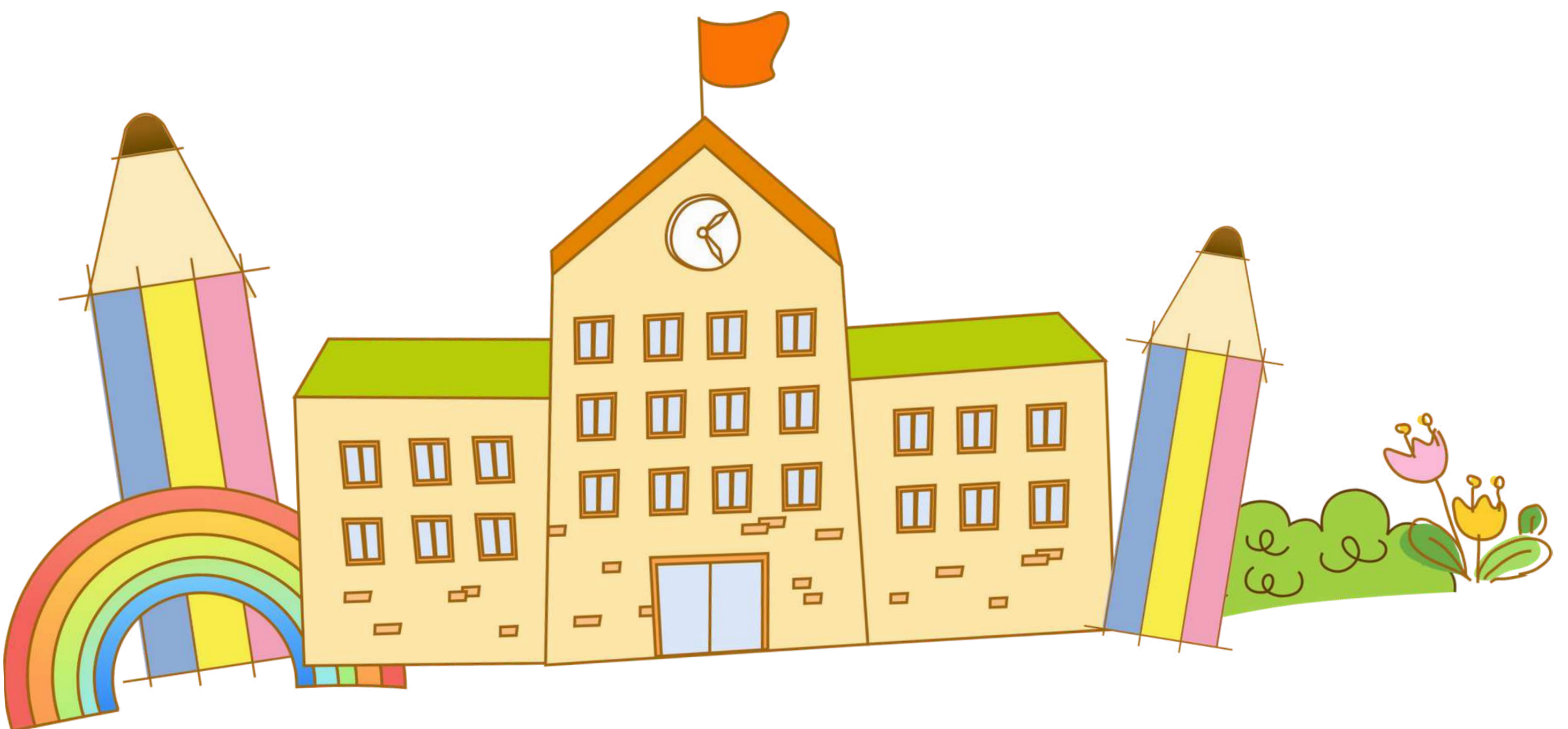
Запознаване с училището и района на училището

Няколко седмици преди началото на учебните занятия можете да отидете с детето си в новото училище и да се запознаете с разположението на класните стаи, общите помещения и тоалетните, както и с учителите. Нека детето ви знае, че учителите са там, за да помагат.

Посещението на новото училище с доверен възрастен и с връстници, които също ще го посещават, може да подпомогне положителния преход, като насърчи децата да се запознаят с новата среда от безопасното място на познатата обстановка.

Съветите, които ще позволят на детето ви да се запознае по-добре с училището, включват:

- Можете да посочвате сградата, когато минавате покрай училището.
- Можете да упражнявате пътуването до училище и да разглеждате училищния двор с детето си през почивните дни или вечер, ако е възможно. Вашето дете може да играе на територията на училището. Това ще му помогне да се ориентира по-добре в разположението на сградата и в това как са организирани класните стаи предварително. Покажете на детето си къде се намират тоалетните и местата за пиене на вода.
- Присъствайте на всички дни на отворените врати, които училището организира, и се уверете, че Вие и детето ви сте се запознали с новия учител и с персонала на училището.
- Ако училището провежда програма за домашни посещения, възползвайте се от нея. Това е чудесен начин Вие и вашето дете да се срещнете с представители на училището в собствения си дом.
- Присъствайте на всички летни събития, които може да организира новото училище на детето ви, като спортни игри или летни панаири - използвайте всяка възможност да заведете детето си отново в училището, за да се запознае по-добре с него.
- Заедно създайте положителен ритуал за довиждане (напр. специална прегръдка за довиждане или някакъв забавен жест).
- Можете да изберете заедно с детето си място, от което ще го взимате всеки ден след края на учебните часове.



Глава 4:

Първите дни в училище

Някои деца очакват първия учебен ден с вълнение, а други със страх. Въпреки това, би било чудесно всяко дете да изживее един ползотворен и незабравим първи учебен ден. В края на краищата това е приятна емоция, която остава за цял живот. А ако бъде уловена с няколко снимки, направени от родителите, със сигурност ще остане спомен за цялото семейство.

През първите седмици в училище първокласникът научава много правила и социални норми, свързани с поведението в класната стая, задачите и общуването с учителите и съучениците.

Запознаване със съучениците

Още от първите дни в училище детето е въввлечено в процеса на междуличностни взаимодействия със съучениците и учителя. Тези взаимодействия имат определена динамика и закономерности на развитие през целия начален етап на образование.

Когато детето ви пристигне в училище, то ще се срещне с много деца. Възможно е да има познати лица на приятели от квартала, както и бивши съученици от предучилищната група. Ще има и нови лица. Една от най-важните задачи за малкия ученик е да намери своето място сред другите деца, с които общува ежедневно в училище и особено със своите съученици.

Стремехът към сравняване с връстниците се появява още в училищна възраст. Връстниците могат да бъдат мерило, по което детето да оценява своите качества, способности и ценности. Взаимоотношенията с връстниците ще помогнат на детето ви да изгради чувство за принадлежност. Участието в съвместни дейности гарантира развитието на способностите и поддържането на здравословна самооценка.

В училище детето ви ще управлява редица нови и различни взаимоотношения. Нещата, които могат да помогнат на детето ви са:

Упражнявайте разговорите за първия учебен ден, като например да се представи или да покани някого да поиграе, тъй като първите дни в училище са изпълнени от много комуникация. За децата със затруднения в областта на социалните умения това може да е непосилно и разочаровашо.

- Интересувайте се не само от работата на детето в училище, но и от новите му социални контакти, от това, което се е случило през деня - с кого е играло в междучасията, кого е срещнало, кои деца са му приятели и как се казват.
- Ако детето ви е по-срамежливо и му е трудно да се впише в новата среда, опитайте се да му осигурите възможност да общува със съучениците си извън училище.
- Помогнете на детето си да развие уменията да отстоява себе си, да уважава другите и личното им пространство, без да ги наранява и обижда.
- Обсъждайте взаимодействието с другите ученици в класа, например как се сприятеляваме и какво правим, когато някой е груб.
- Поддържайте всички приятелства на детето си с връстници му. Те не могат да се справят с това самостоятелно; за предпочитане е да имат поне един приятел или няколко. Можете да организирате срещи за игра с други деца от класа на детето, за да създадете нови приятелства.
- Насърчавайте детето си да се държи учтиво с другите и да използва вълшебните думи като "Благодаря!", "Моля!", "Извинете ме!" и "Заповядайте!" Насърчавайте физическата активност на вашето дете, като го включвате в различни спортни дейности през свободното време заедно с други деца. Тези игри учат на социални умения, като например да се редуват, да преговарят, да си сътрудничат, да играят честно и да хвалят както победителя, така и загубилия. Те учат детето ви как да води, да следва и да функционира като член на колектив.
- Внимавайте да не сравнявате детето си с други деца. За предпочитане е да обсъждате постиженията им с течение на времето. Научете детето си, че победата не трябва да е на всяка цена.

Глава 4: Първите дни в училище

Някои въпроси, които могат да помогнат на детето ви да установи добър контакт с новите си връстници, са:

- o "Как предпочиташ да те наричам?"
- o "Коя ти е любимата игра?"
- o "Имаш ли братя или сестри?"

Взаимодействие с учителя и педагогическия персонал

Новите взаимоотношения, в които детето ви влиза в училище, го поставят в контакт с нови авторитети. С началото на учебната година авторитетите се променят. Учителят придобива важна роля в живота на детето ви. Това е времето, в което детето ви разширява социалните си хоризонти и може да започне да изпитва силно чувство на привързаност към друг значим възрастен - учителя си.

Очаквайте да чувате все по-често: "Това каза учителят!" Това не означава, че учителят е заел вашето място в сърцето на детето ви. Напротив, това показва, че детето ви е намерило друг възрастен, на когото може да се довери.

Не по-малко важна е и ролята на възпитателя в класната стая. С него детето прекарва часове на самоподготовка, развлечение и дейности от общ интерес. Възпитателят познава много добре не само напредъка на детето, но и неговите интереси и способността му да общува с други деца. Учителите играят ключова роля за това детето ви да се чувства добре в училище. Затова се опитайте да изградите партньорски отношения с тях. Детето ви ще се чувства по-сигурно, когато си сътрудничите заедно с учителите, за да го подкрепите.

За да помогнете на детето си да взаимодейства безпроблемно с учителите през първите дни в училище, можете:

- Като родител можете да помогнете на детето си да усвои основните правила за поведение в класната стая, които ще служат до края на живота му: "Извинете ме!", "Мога ли?", "Благодаря!" и "Съжалявам".
- Развийте добрите социални умения у детето си, например да се усмихва и да установява контакт с очи. Насърчавайте го да практикува тези умения с вас, с други членове на семейството и с приятели си.
- Можете да започнете да използвате името на новия учител преди началото на учебната година, за да изградите чувство на близост.
- Винаги, когато говорите за учителите на детето си, се обръщайте към тях с "госпожа Стефанова", така детето ви ще свикне да се обръща към тях по този начин. Кажете на детето си, че ако има някакви притеснения в училище, новият му учител ще му помогне.
- През първите дни в училище попитайте учителя как е минал денят, как се справя вашият малък ученик и дали се чувства добре в класната стая. Вслушвайте се и в гледната точка, която изразява детето.
- Уведомете новия учител на детето си предварително за всичко, за което то има нужда от допълнителна помощ. Това ще позволи на училището и учителя да се подготвят и планират, както и да осигурят допълнителна подкрепа, ако е необходима.
- Определете най-добрия начин за комуникация с учителя на детето ви. Можете да предложите помощ при организирането на дейности през свободното време и такива, свързани с общи действия.
- Детето ви ще усети ефекта от важните житейски събития, които се случват в семейството ви. Децата са особено чувствителни към родителските тревоги и страдания. Загуба в семейството, преместването в нов дом и дори нов домашен любимец могат да бъдат причина за промяна в живота. Учителите трябва да бъдат информирани. Това ще им позволи да подпомогнат детето ви в хода на житейските събития.

Глава 4: Първите дни в училище

Средата в училище

Възможно е детето ви да се притеснява, че ще се изгуби в новото си училище. За да се чувства то по-спокойно през първите няколко дни, опитайте някои от следните препоръки:

- По време на посещенията преди началото на учебната година, като дни на отворените врати или през лятото, представете помещенията като класната стая, тоалетната, столовата и учителската стая. Това ще помогне на детето ви да се чувства по-комфортно и по този начин да бъде по-спокойно и уверено през първите дни в училище.
- Обяснете предварително основните правила в училище и защо правилата са важни. Трябва да подготвите детето си за това, което ще се очаква от него в училище.
- Можете също така да отидете в училищната библиотека, за да си вземете книга, да поговорите с библиотекаря и да се запознаете с правилата и ресурсите на библиотеката.
- Разгледайте с детето си неща като правилник за поведение, етикет на обличане, правила в столовата, препоръки за поведение в коридора и поведение в тоалетната.

Някои примери са:

- Когато посещават столовата, трябва да се наредят на опашка с другите деца и да изчакат реда си.
- Трябва да питат, когато им се налага да отидат до тоалетната.
- В междучасията подготвят нещата си за следващия час. Закусват и обядват в определено време.
- Грижат се за реда и чистотата в класната стая.

Училищен режим

Ежедневието на детето през учебната година се определя до голяма степен от присъствието му в училище.

Това е предизвикателство, тъй като за кратко време децата трябва да свикнат с напълно нов режим, среда и задължения. Вашата задача като родители е да ги подкрепите в този процес, да им покажете как да учат и как да планират времето си. Изграждането на подходящ всекидневен режим има ключова роля за постигането на всичко това. Правилният такъв е от изключителна важност за физическото и психическото здраве на детето на тази възраст.

Ето няколко съвета за здравословен ежедневен режим:

- Установете дневен ритъм. На пръв поглед ритъмът и повторението могат да изглеждат монотонни и скучни, но те имат своето дълбоко значение. Когато следват един и същ ритъм всеки ден, децата се чувстват по-спокойни. Ритъмът и повторението създават у детето усещане за предвидимост и сигурност.
- Управление на времето. Времето е най-ценният ресурс, а навиците, свързани с управлението му, остават за цял живот. Научете детето си да познава часовника и да свързва определените дейности с определено време. Например: "Във Вторник в 17 часа имам урок по пиано".
- Научете детето си да планира домашната си работа - помогнете му да прецени коя задача ще отнеме най-много време и усилия, кога да си позволи кратка почивка и как да раздели сложните задачи на малки стъпки, които са по-лесни за изпълнение.
- Уверете се, че всички вещи, включително чантата и униформата, са подготвени за сутринта. Детето ви не трябва да е прекалено развълнувано или притеснено преди да си легне.



Глава 4: Първите дни в училище

Още съвети за здравословен ежедневен режим:

- Ако събудате детето си малко по-рано сутрин, това ще спести излишен стрес и на двама ви. Осигурете си достатъчно време сутрин, за да се пригответи детето ви, да се измие и да се нахрани спокойно.
- Уверете се, че преди да бил училищният звънец, детето ви е вече в училище и е извадило учебниците си.
- Обяснете на детето си как се планира един обикновен учебен ден, за да улесните нещата. Кой ще го закара и вземе от училище, кой ще се грижи за него вкъщи, дали ще посети извънкласни дейности, какви ще бъдат задължения му след училище и как ще се променят извънкласните му дейности.
- Създайте си рутина, която ви носи спокойствие и чувство за сигурност. В този период всичко е ново и различно и това е голямо изпитание за по-чувствителните деца.
- Не закъснявайте да вземете детето си през първите дни. За тях чакането дори от няколко минути изглежда дълго, особено ако се чувстват несигурни.



Глава 5: Лични условия

Физиологични нужди

Преди да можете да помогнете на децата в тяхното обучение, самочувствие и личностно израстване, трябва да задоволите най-основните им нужди.

Осигуряването на основните физиологични нужди на детето е от съществено значение за неговото развитие и за справянето му с новите задачи, които училището изисква. Те са един от най-решаващите фактори за успешния преход на детето към училище. Помогнете на детето си да изгради добри навици за хранене и сън. Здравословното хранене и многото сън са от съществено значение за ученето.

Навици за сън:

Определяне на времето за лягане - добрият сън и достатъчната почивка са от съществено значение за доброто здраве на детето.

- Определете време за лягане и се опитайте да го спазвате, като имате предвид, че за развитието на детето и отделянето на хормона на растежа са необходими поне 9 часа сън. Това ще има благоприятен ефект върху биологичния му часовник и здравето му.
- Детето ви не трябва да консумира големи количества храна и течности преди сън и не трябва да яде твърде много храни, съдържащи захар (напр. шоколад).
- Дигиталните устройства свръхстимулират нервната система и нарушават съня. Не позволявайте на детето си да ги използва два часа преди лягане. Ако им позволите да заспят с включен телевизор, това може да доведе до съпротива по време на сън, безсъние и кошмари. Препоръчително е да премахнете телевизора от спалнята на детето си, за да е тихо и тъмно.
- Създайте релаксиращ вечерен режим за детето си преди лягане. Това може да включва подреждане на играчките, четене на приказки за лека нощ, топла вана и миене на зъбите, като това рутинно занимание не бива да продължава повече от 30 минути.
- Опитайте се да напуснете стаята му, преди да заспи.
- Дори през почивните дни спазвайте обичайното време за заспиване и събуждане.

Добре отпочиналите деца постигат по-добри академични резултати и по-рядко проявяват агресия в училище.



Глава 5: Лични условия

Вода:

- Насърчавайте детето си да пие много вода, тъй като тя е от съществено значение за здравето му. Наблюдавайте и напомняйте на детето си да носи бутилката си с вода в училище всеки ден.
- Обяснете на детето, че газирани напитки или подсладените напитки не утоляват жаждата, по-добре е, когато са жадни, да пият вода или чай.



Физическо благосъстояние:

За да бъдат здрави и да се чувстват добре, децата в училищна възраст се нуждаят от лека, умерена и интензивна физическа активност всеки ден.

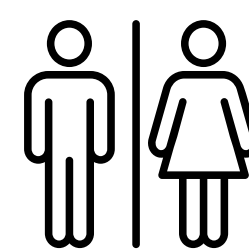
- Колективните спортове и дейности могат да бъдат полезни за детето ви по много начини. Физическата активност може да включва ежедневни дейности като ходене и енергични игри.
- Въведете физическата активност в семейния си живот - излезте на семейна разходка след вечеря, отидете на поход в планината през уикенда или посетете плувен басейн.
- Подобрете контрола и координацията на тялото му, като го насърчавате да тича, скача, катери, хваща, рисува и подрежда малки неща.



Ходене до тоалетната:

Много деца са склонни да задържат урината си по време на учебните часове! Освен временното неудобство, това може да доведе и до сериозни здравословни проблеми.

- Насърчете детето си да ходи до тоалетната навреме, без да се притеснява. Уверете се, че то разполага със сухи и мокри кърпички.
- Понякога децата се изпускат през първите месеци в училище. Кажете на детето си, че това е просто грешка, която може да се случи на всеки. Посъветвайте го да каже на учителя за този неудобен проблем.
- Ако детето ви се сблъсква с такъв проблем, сложете в раницата му допълнителни дрехи.



Лична хигиена:

Когато са в първи клас, повечето деца вече се грижат много по-активно за хигиената си. Въпреки това родителите трябва да продължават да им напомнят и да ги наблюдават.

На здравето и хигиената трябва да се гледа много сериозно, защото в училище детето ви ще бъде в близък всекидневен контакт с много други деца.

- Уверете се, че детето ви разбира значението на миенето на ръцете и връзката между хигиената и здравето.
- Създайте навик на детето си да мие ръцете си често: веднага след като е посетило тоалетната, след кихане, кашляне или издихване на носа, както и след като е било в близост до болни хора.
- Научете детето си да изхвърля използваните носни кърпички в кошчето за боклук.
- Напомнете на детето си, че не винаги ще има достъп до течаща вода, но може да използва мокри кърпички или течни дезинфектанти.
- Напомняйте на детето си да не докосва очите, носа и устата си с неизмити ръце. Направете миенето на ръцете забавно за децата, като измислите песен и ги накарате да мият ръцете си достатъчно дълго време.



Глава 5: Лични условия

Храна, междинни храненияя, обяд

- Уверете се, че сте приготвили на детето си храна и напитки, за да има в себе си по време на голямото междучасие и обедната почивка.
- Изберете кутия за обяд и бутилка, които се отварят и затварят лесно. По-безопасно и удобно е да се пие от лека бутилка. Отново имайте предвид, че те трябва да се побират в училищната раница.
- Детето ви може да се упражнява да използва кутията за обяд в детската градина или по време на пикник у дома или в парка. Уверете се, че детето ви има достатъчно здравословна храна както по време на междучасията, така и за обяд.
- Най-добре е да използвате различни цветове при подготвянето на храната. Това не само ще направи кутията за обяд визуално приятна, но и ще добави голямо разнообразие от хранителни вещества.
- Опаковайте познати храни, които детето може лесно да отвори или разопакова. Включете лично послание, което може да разведри деня им или да ги накара да се усмихнат.
- Пригответе храната заедно с детето си. Когато то е вложило емоции и творчество, е много по-вероятно да се храни с по-голям ентузиазъм.
- За да направите храненето по-приятно за детето си, можете да използвате някои творчески техники, като например рязане на плодове и зеленчуци във форми на звездички и сърца или приготвяне на сандвич с усмихнато лице.
- Уверете се, че в дома ви има повече здравословни продукти, и направете така, че детето ви лесно да ги вижда и достига. Не използвайте храна като подкуп или награда.
- Когато осигурите на детето си здравословен хранителен режим у дома, то ще се научи да прави по-здравословен избор, когато се храни навън.
- Обсъдете с детето си кои ястия и напитки в столовата са полезни и кои не. Можете също така да му помогнете да избере най-здравословните продукти от менюто.

Лични вещи

- Позволете на детето си да вземе само няколко лични вещи със себе си в училище.
- Създайте стратегии за организиране на личните вещи и спазвайте специална подредба за всяка вещ. Напишете името на детето си върху дрехите му и други неща, като кутията за обяд и бутилката за вода.
- Прозрачен несесер може да бъде полезен, за да може детето лесно да намира химикалките, моливите и т.н.
- Ценните предмети не трябва да се внасят в училище. Не позволявайте на детето си да носи много пари, ценни предмети или други вещи, които не се препоръчват от училището.
- Когато нещо липсва, научете детето си да запази спокойствие и да не се ядосва или разстройва. Посъветвайте го незабавно да помоли за помощ от учителите или друг персонал и да се опита да потърси предметите отново.
- Не заменяйте веднага всичко, което са загубили, а се съсредоточете върху това да ги научите да носят отговорност и да пазят своите вещи. Непрекъснато напомняйте на детето си да внимава с вещите си.



Глава 6:

Подкрепа за родителите при управлението на прехода и справянето с предизвикателствата

Справяне с чувства и емоции

Като цяло децата са адаптивни и гъвкави, но трябва да се има предвид, че през преходния период се появяват биологични и социални страхове, които могат да погълнат голяма част от енергията им и да доведат до различни трудности.

Дори и да е посещавало подготвителна група, детето ви ще се сблъска с изцяло нов набор от правила, които ще са в контраст с ежедневието му у дома и реда в детската градина.

С разширяването на хоризонтите на детето се увеличават и неговите страхове.

В началното училище много деца изпитват силен страх от присмех, ирония и като цяло от мнението на другите. Появяват се и страхове от закъснение, грешки, нарушаване на правилата и порицание. Някои деца могат да изглеждат болезнено срамежливи, сякаш се страхуват да сбъркат. Други демонстрират безпокойство по отношение на очакванията на възрастните.

Ако забележите, че детето ви изпитва необичайни затруднения, трябва да следите за повишен стрес и трудности в адаптацията. Тези сигнали могат да дойдат първо от учителя или възпитателя на детето ви, който прекарва много часове с него и наблюдава пряко поведението му. Не пренебрегвайте тези признаци, а работете заедно, за да установите източника на трудностите и да възстановите радостта на детето от ученето.

Възможно е да има и други скрити признаци, за които да внимавате:

- Промени в настроението (непредизвикан плач или по-бързо разстройване/ядосване), Загуба или увеличаване на апетита,
- Нарушения на съня (трудно заспиване и продължителност на съня; повтарящи се кошмари),
- Намаляване на двигателната активност, някои деца могат да откажат да говорят или използват тоалетната в училище.

При някои деца могат да се появят и соматични проблеми, като например:

- Болки в корема
- Повръщане
- Главоболия
- Запек



Глава 6: Подкрепа за родителите при управлението на прехода и справянето с предизвикателствата

Ето няколко идеи за справяне със смесените чувства:

- Изслушвайте и наблюдавайте детето си, за да определите дали е спокойно, дали има желание да обсъди случващото се и дали иска да отиде на училище.
- Знаейки какво е отношението на детето ви към училището, можете да откриете проблемите, преди да са излезли извън контрол, и да му помогнете да се справи с тях. Някои деца може да откажат да отидат на училище, да плачат и да имат тежка сутрин. Изслушайте детето си спокойно и разберете от какво се страхува, без да разкривате притесненията си. Демонстрирайте вярата си в способността им да се справят и да разчитат на вашата помощ. Успокойте ги.
- По време на прехода или след него децата от всички възрасти могат да преминат през регресивни тенденции за няколко дни или седмици. Те могат да проявят поведение, което по-рано са преодолели, като например изблици на гняв, смучене на палец или нощно напикаване.
- Позволете на детето си да задава въпроси и отговаряйте честно на тях.
- Рисуването, оцветяването и танцуването позволяват на децата да изразят това, което ги вълнува или тревожи.
- Четенето на книга от родителя преди заспиване може да помогне за емоционалния комфорт на малкото дете, дори когато то вече не се нуждае от това. Някои деца смятат, че преживяванията им в училище са лични, затова може да не искат да ги споделят. Това е типична част от развитието на децата в училищна възраст, когато те започват да формират собствената си идентичност и социален свят. Но детето ви все пак трябва да знае, че сте на разположение, когато е готово да говори.
- В началото децата може да се нуждаят от емоционална подкрепа и почивка. Преди да добавите извънкласни дейности, оставете детето да се адаптира към училището. Запазете спокойствие през първите няколко уикенда, тъй като детето ви може да се нуждае от време за презареждане, подобно на случаите, когато започваме нова работа или голям проект. Планирайте известно време на спокойствие след училище. Заниманията на детето ви могат да включват спокойна игра или нещо енергично. Направете това, което е подходящо за вашето дете.
- Определете граници, които не се променят във времето. Всички деца имат желания и предпочитания, но не е препоръчително да ги изпълнявате всички и на момента. И все пак желанията са приемливи, но определено поведение - не. За вас като родител е важно да запазите самообладание, яснота и настойчивост. "Разбирам, че искаш да си играеш още, но трябва да се наспиш добре, преди утре да отидеш на училище. Сега е време за лягане."

Това е основният механизъм, който можете да следвате като родител, за да се справите с чувствата и емоциите на детето си в процеса на преход.

- Важно е да се прави разлика между естествената потребност на детето да се адаптира и трудностите при приспособяването, дължащи се на фактори на психичното развитие.
- Когато възникнат такива трудности, е препоръчително да се потърси психологическа помощ, за да се намери най-подходящият подход за конкретното дете.

Слушайте
Наблюдавайте
Определяйте
Обсъждайте
Предразполагайте



проактивна
емоционална
подкрепа

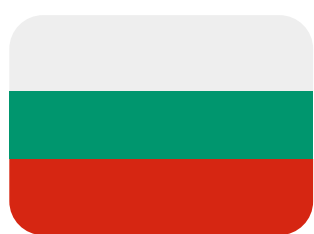
Глава 6: Подкрепа за родителите при управлението на прехода и справянето с предизвикателствата

Справяне с промените в новата ситуация за семейството

Започването на училище е промяна не само за детето ви. Наред с подготовката и вълнението е важно да отделите малко време, за да помислите как тази промяна ще се отрази на вас и вашето семейство. Постъпването на детето в училище може да доведе до нова рутина за цялото семейство.

- Не забравяйте, че след като детето ви тръгне на училище, ще поемете нови отговорности, като например да следите за домашните му работи, да проверявате раницата, да пригответе кутия с обяд и т.н.
- Бъдете подготвени и отделете достатъчно време за тези нови задачи.
- Не забравяйте, че ако не разполагате с достатъчно време за новите си задължения, може да се почувствате стресирани и претоварени.
- Ясен план за всеки ден за предстоящата седмица, включващ график, ще ви помогне да бъдете по-организирани и спокойни.
- Ако в семейството има и други деца, те също могат да изпитат смесени емоции, свързани с постъпването на братчето или сестричето им в училище. Важно е да следите реакциите им и да помислите от какво може да имат нужда през този период.
- Ако имате някакви притеснения, изразете ги навреме, за да предотвратите превръщането им в по-големи проблеми.
- Понякога може да ви се струва, че губите контрол над ситуацията в ежедневието си. В такива моменти можете да потърсите възможности за общуване, в които вашето семейство да изгради взаимоотношения с други семейства през цялата учебна година.
- Не забравяйте, че детето ви може би знае какво чувствате и това може да повлияе на реакцията му в училище.

Полезни източници

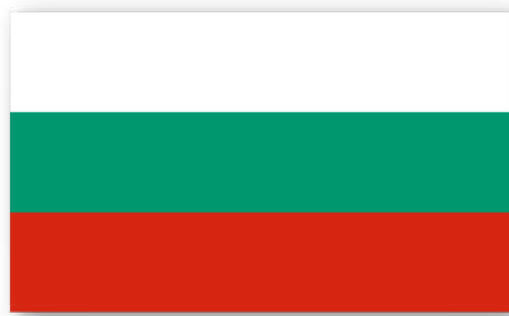


www.roditeli.org/resources

www.detskorazvitie.com/



Глава 7: Споделен личен опит за прехода от родители в България



“ Алекс

Семейството на Алекс живее в малък български град. Тя с удоволствие посещавала местната детска градина, която много харесва. Там тя има приятели и харесва учителите, които се грижат за тях. Когато настъпва моментът Алекс да тръгне на училище, родителите ѝ имат много въпроси, на които искат да получат отговори. Те, както и други родители, се притесняват дали Алекс е готова за училище, как ще създаде приятелства и дали ще се чувства добре. Майка ѝ отбелязва, че едно от най-важните неща за нея е Алекс сама да избере училището си, така че да иска да го посещава. Родителите ѝ предпочитат тя да посещава начално училище, от първи до четвърти клас, а не средно училище (от първи до дванадесети клас). Те смятат, че по-малките деца се учат от по-големите ученици и когато наблюдават по-големите, често децата се стремят да пораснат бързо. Поради тази причина родителите на Алекс предпочитат тя да прекарва времето си в среда, в която няма тийнейджъри. Родителите на Алекс искат тя да се наслаждава на детството си възможно най-дълго.

Когато през лятото идва време за подаване на документи за кандидатстване, Алекс и майка ѝ посещават две от училищата, които родителите ѝ са избрали. Според майка ѝ едното от тях е силно желано от другите родители в града, но е разположено в по-отдалечено от дома им място. Другото е наблизо, но не толкова предпочитано. Алекс се влюбва във второто училище. Когато двете го посещават, Алекс казва на майка си, че се надява това да е нейното училище. В училището тя се запознала с новия си учител и възпитател.

През лятото Алекс и родителите ѝ закупили ученическа раница, учебни пособия, униформа и нови обувки за първия учебен ден. Алекс е развълнувана, защото няма търпение да облече училищната си униформа, на която е изобразено логото на училището.

То се намира на 15 минути от дома им и през лятото тя и родителите ѝ правили кратки разходки след вечеря, за да я запознаят с маршрута и с местата, където трябва да пресича на светофар. Постоянно ѝ напомнят, че трябва да светне зеления сигнал на светофара, преди да е позволено на пешеходците да пресекат улицата, също така че винаги трябва да се оглежда в двете посоки, преди да пресече.

На първия учебен ден Алекс облякла униформата си и обула новите си обувки, а майка ѝ направила прекрасни плитки. Заедно купили цветя за учителите и детето отишло на училище с усмивка и весело настроение. Алекс се чувствала спокойна, тъй като разпознала двама съученици в класа си от детската градина.

Според майката на Алекс това, което е предизвикало успешния преход, е било да попита за гледната точка и мнението на детето си и да го запознае с обкръжението и средата в училище.

”

Глава 7: Споделен личен опит за прехода от родители в България



“ Катя

Катя е 6-годишно момиче, което след няколко месеца ще стане първокласничка. Семейството на Катя живее в столицата и тя посещава частна детска градина от 3-годишна възраст. Там тя се чувства щастлива и комфортно заобиколена от свои връстници, които имат същите интереси като нейните. Програмата в детската градина е организирана така, че играта, интересите и талантите на децата да са в центъра на предучилищния процес. В програмата има много допълнителни дейности, като творчески часове, психомоторни дейности, балет и латиноамерикански танци.

Тъй като Катя и нейното семейство описват средата в детската градина като благоприятна и отговаряща на интересите на детето, те решават Катя да продължи в първи клас в същото частно начално училище.

Освен това през изминалата година бяха организирани много съвместни дейности в партньорство между детската градина и началното училище, като например съвместни спортни дни, театрални представления, както и обмен на традиционни ръчно изработени мартеници. Това е само още един фактор, който допринася за решението на семейството къде да учи Катя. Притесненията на родителите ѝ сега са свързани най-вече с това как Катя ще се адаптира към новите училищни правила и дисциплина. Тя е добре запозната с училищната среда и познава добре бъдещите си съученици, тъй като са били заедно през годините в детската градина. Това, което ще бъде напълно ново за Катя, е училищният режим, тъй като тя ще трябва да спазва строг график и изискванията на учителите. За да ѝ помогнат да свикне лесно с това, през лятото родителите на Катя организират по-структуриран дневен график, който включва фиксирано време за лягане и ставане, ясна последователност на ежедневните дейности, които са сходни всеки ден, т.е. ходене на басейн винаги по едно и също време, образователни игри, както и предварително определено свободно време. Родителите вярват, че този нов график ще помогне на Катя да премине към училищното ежедневие.

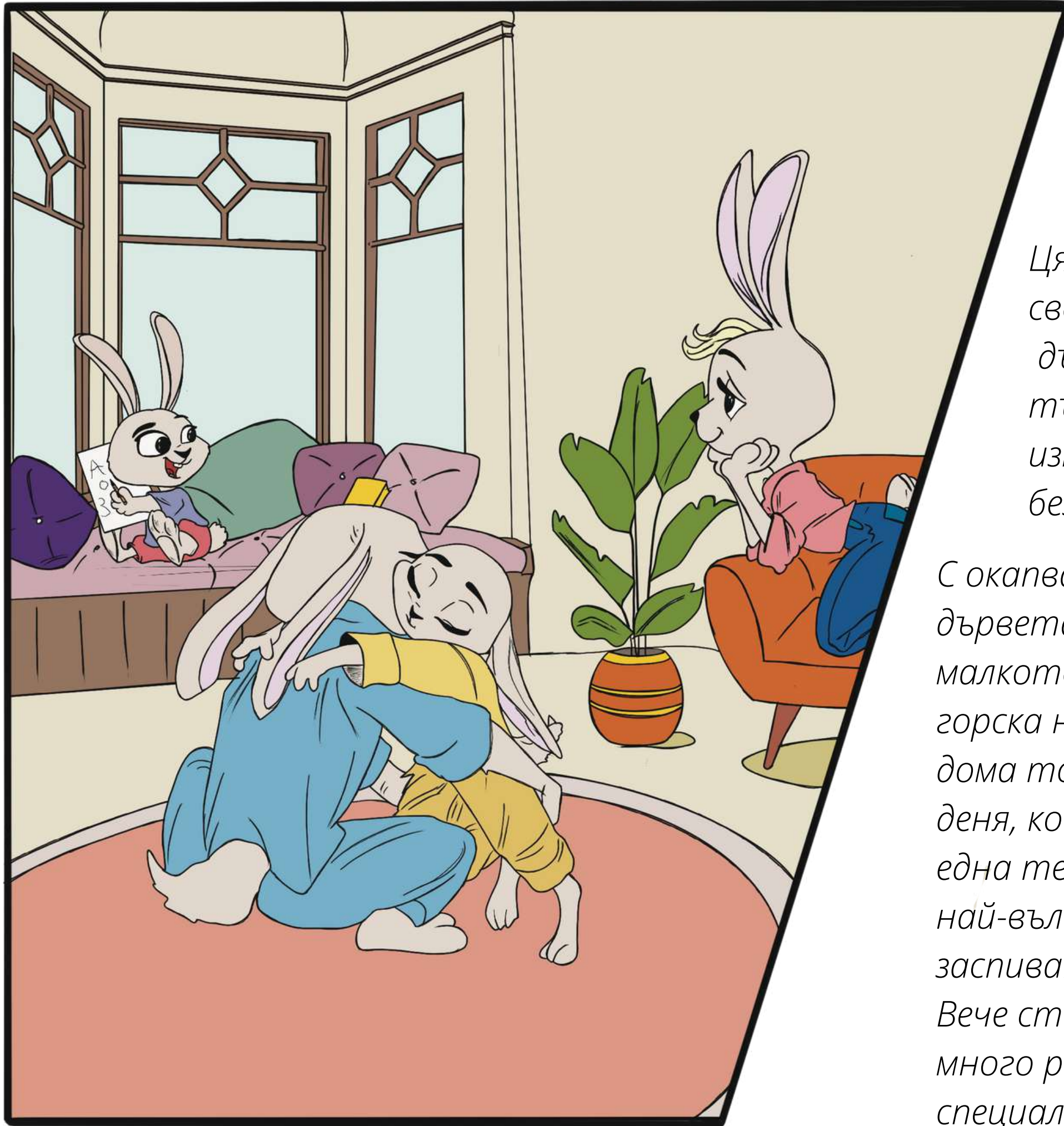
Друг вълнуващ момент за Катя, който според родителите ѝ помага за плавния преход, е, че те винаги избират заедно училищните принадлежности, т.е. раницата, дрехи за първия учебен ден и други. По този начин Катя става по-спокойна, че предметите, които тя лично е избрала и харесва, ще я заобикалят.

И накрая, но не на последно място, по време на деня на отворените врати в началното училище, който беше организиран в началото на пролетта, Катя имаше възможност да се запознае с всички 4 учители от първи клас и да избере човека, който най-много ѝ хареса, за свой класен ръководител.

Обсъждането се състоя още същата вечер и Катя имаше ясно изразено предпочитание към учител. Това, което все още остава открит въпрос за семейството на Катя, е дали тя ще се справи добре с първите дни в училище, както и дали ще поддържа добри хранителни и хигиенни навици?



Малкото зайче тръгва на училище **Приказка**



През три планини, в далечни, гъсти, зелени гори, в топла сгушена хралупа, живеели семейство Зайо-Байовци и тяхното малко Зайче.

Цяло лято малкото Зайче заедно със своите горски другари играли игри: дълбали тунели, скачали по полянките в търсене на вкусни гъбки, криели се измежду красивите цветя и храсти. Но безгрижното лято бързо отминало...

С окапването на първите листа на дърветата, дошла есента. Било неделя вечер и малкото Зайче се прибрало от поредната горска надпревара със своите приятели. У дома то разказвало за своите приключения от деня, които татко Зайо прилежно записвал в една тетрадка, и понякога му ги четял, като най-вълнуващите и вълшебни приказки, преди заспиване.

Вече ставало късно, а малкото Зайче било много развълнувано, защото утре било специален ден - за пръв път щяло да ходи на училище.

То се суетяло в краката на мама Зайка, защото имало още задачи за вършене преди да си легне. Прилежно си приготвило раницата, в която сложило учебниците, тетрадките и училищните пособия и разбира се любимото плюшено пате.

- **Ех, че тежка стана тази раница** - възкликнало Зайчето.

- **Как ще я нося?** - почудило се то.

Татко Зайо го окуражил, че ще се справи, а мама Зайка му донесла изгладената униформа и Зайчето я сложило на столчето до леглото. Мама Зайка му напомнила да си измие зъбките и да се приготвя за лягане, за да се наспи. Зайчето скочило в мекото си легълце, и мислейки за следващия ден се унесло в сладки сънища.



Настъпило утрото и слънцето се показало зад пухкавите облаци, затопляйки ги със своите лъчи, а небето ставало все по-синьо...



Но сутрешната аларма за събуждане пронизала тишината в заешката хралупа. Зайчето се протегнало в своето топло легълце и си казало:

- Ех дойде времето, от днес съм вече ученик!



Скочило от леглото и нетърпеливо се приготвило, без дори да има време да потърка сънливите си очички. Когато мама Зайка влязла в стаята, за да го събуди, то било вече готово.

След вкусна морковена закуска, се отправили заедно към горското училище.



Изведнъж вървейки малкото Зайче извикало:

- Спрете! Трябва да набера цветя за моята нова учителка!

Подскачайки с ароматен и красив букет, Зайчето пристъпило двора на училището, който бил пълен с горските ученици.

Помислило си:

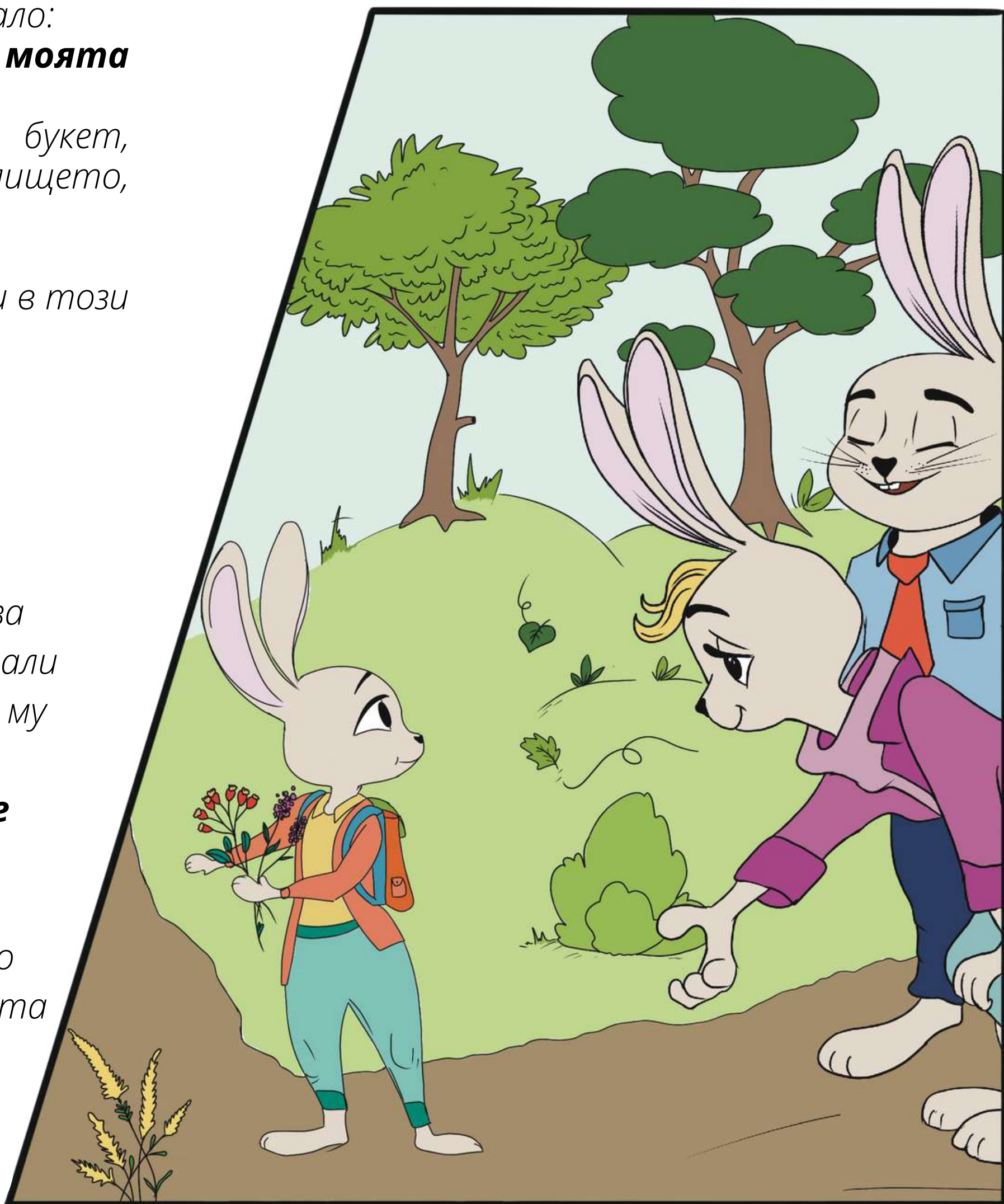
- Толкова много деца, ще се изгубя! - и в този миг хванало здраво мама Зайка за ръка.

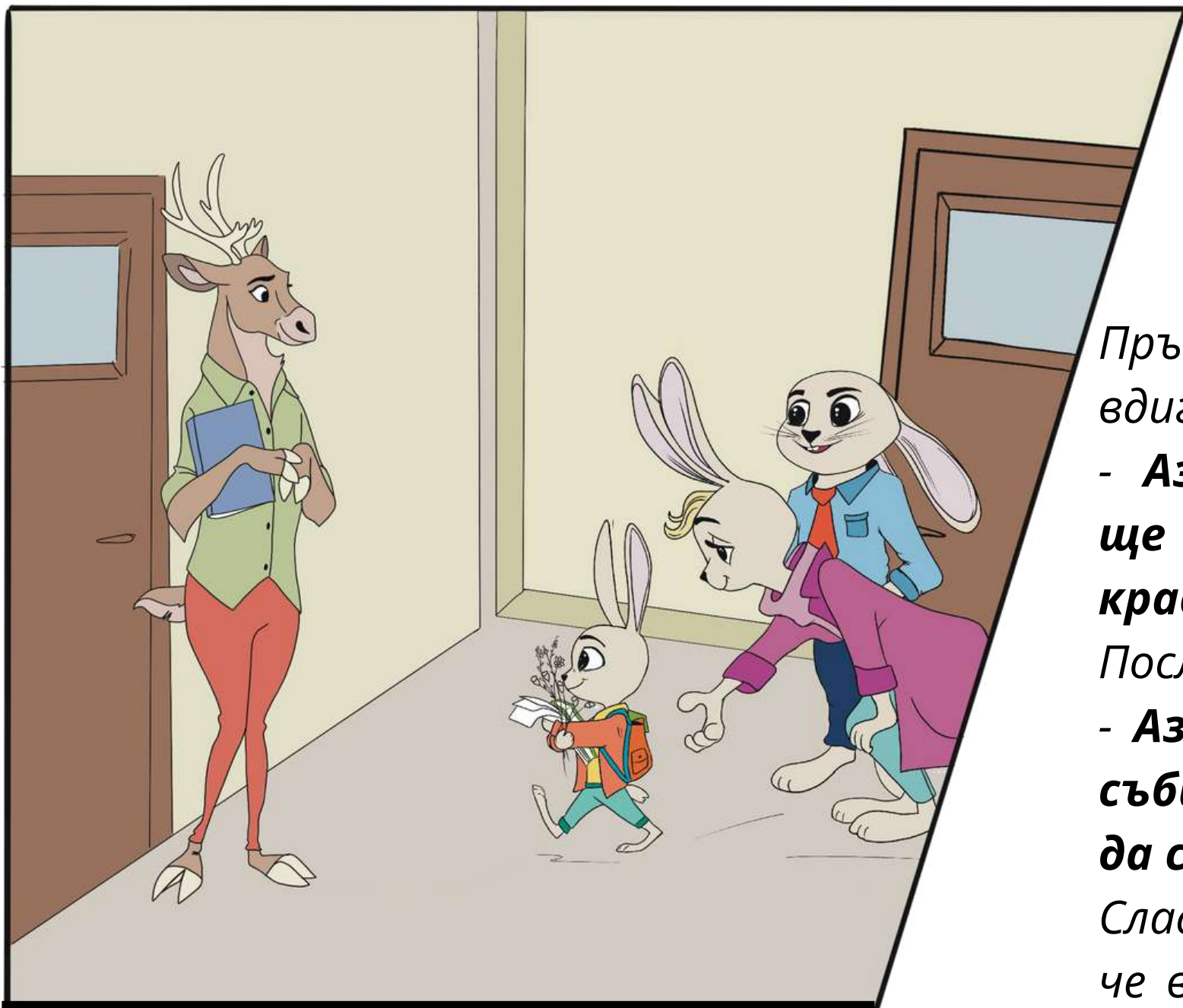
Измежду цялата тълпа с бърза крачка и голяма усмивка към семейството се приближила госпожа Сърна – неговата учителка.

Зайчето прегърнало майка си и баща си за довиждане и заедно с учителката тръгнали към класа. С нежен глас и топли думи, тя му казала:

- Бъди спокоен, твоите съученици те очакват.

Първият училищен звънец бил и малкото Зайче закрачило смело напред към класната стая.





Горските учениците седнали по местата си и госпожата помолила всички да се представят и да разкажат какво биха искали да научат в училище.

Пръв бил посочен Таралежът, който настоятелно вдигал ръка:

- Аз съм Ежко Таралежко и обичам да рисувам. Тук ще науча как да творя и изобразявам най-красивите горски места!

После Мравката добавила:

- Аз съм Мравка-Хубавица, и искам да се науча да събирам и смятам, най-малките дребни неща, за да стана на мравуняка Царица!

Сладкопойната Чучулига се представила като запяла, че в училище иска да научи звучни песни, с които да оглася цялата гора.

Дошъл ред на малкото Зайче, то се смутило, но пък на всички споделило:

- Когато стана голям искам да мога да пиша и чета приказки като татко. Ще напиша книжки за всички приключения от нашата гора!

class

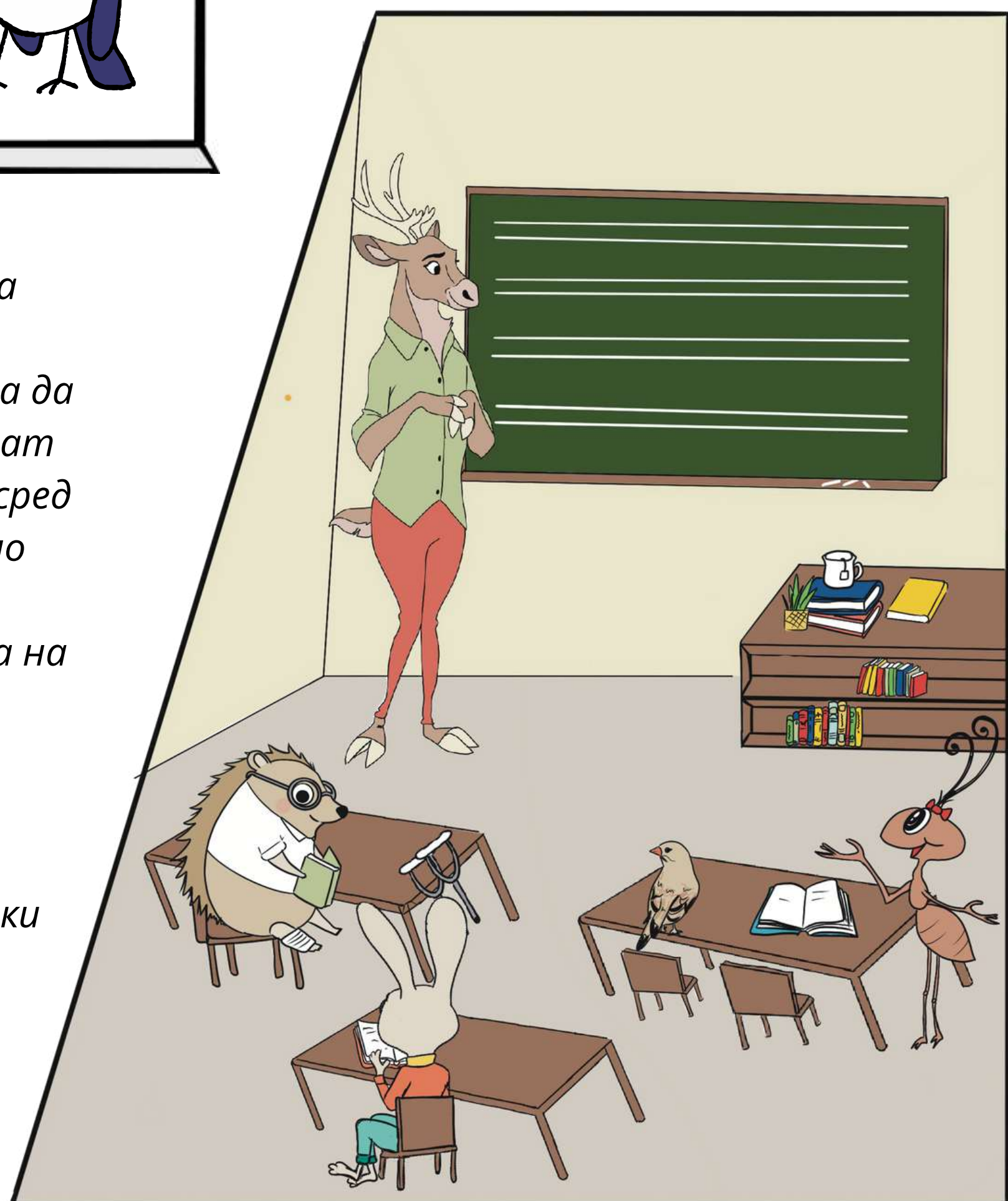


В своето вълнение никой не усетил как минал първият учебен ден и бил последният звънец за деня.

Всички се втурнали към двора на училището, за да поиграят малко преди родителите им да дойдат да ги вземат. Въпреки, че малкото Зайче било сред най-бързите деца, не му се тръгвало още и само то останало в класната стая. Докато разглеждало картинките в учебника чуло гласа на госпожа Сърна, която му казала:

- Часовете вече приключиха, сега можеш да излезеш навън и да играеш със своите съученици.

Така то тръгнало към двора, където вече всички играели на криеница...



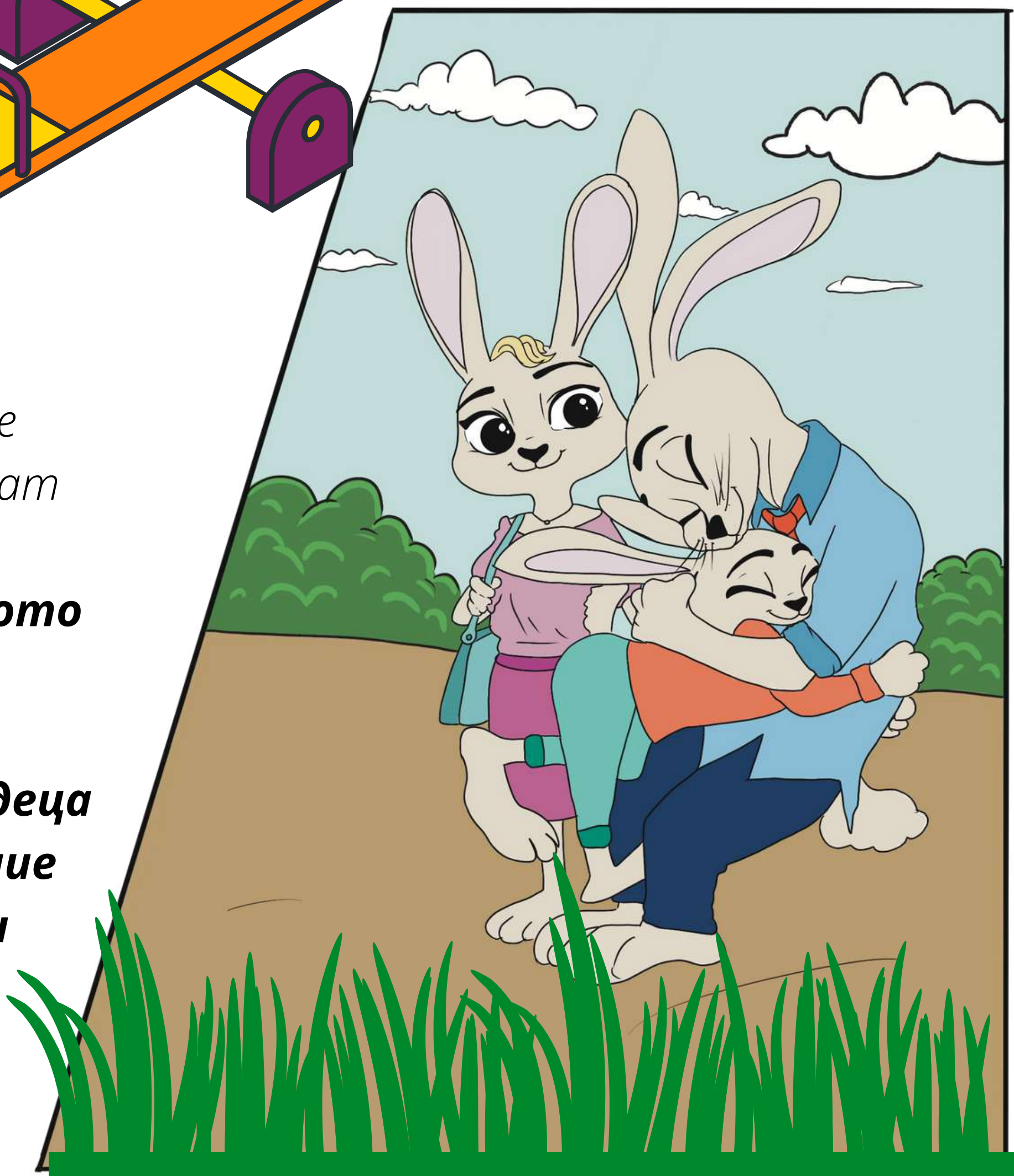


- **Зайче, хайде! Къде остана?**
Всички те чакаме! – казал нетърпеливо Ежко Таралежко.
- **Щом се забави, сега е твой ред да търсиш нас!** – добавила Мравката и хукнала да се крие.

Времето неусетно отминало в игри и смях. В един миг, щом се обърнало, малкото Зайче видяло, че мама и татко го чакат на училищната врата.

То се втурнало към тях и още преди да успеят да го попитат нещо възкликнало:

- Това беше най-страхотното приключение! За него ще напиша най-вълнуващата приказка и така другите деца в нашата гора с нетърпение ще очакват техния първи учебен ден!





Преход към училище за всички

2019-1-UK01-KA201-062038

www.eutrainsproject.eu

Интелектуален Резултат 3

Ръководство за родители относно прехода към първи клас

Свържете се с нас:

Национална Асоциация на Работещите с Хора с
Увреждания (НАРХУ)

www.narhu.org

info@narhu.org



Подкрепата на Европейската комисия за изготвянето на настоящата публикация не представлява одобрение на съдържанието, което отразява гледните точки само на авторите и не може да се търси отговорност от Комисията за всяка употреба, която може да бъде използвана за информацията, съдържаща се в нея.

Съфинансиран от програма
„Еразъм+“
на Европейския съюз

