



Οι

μέρες κυλούν σιγά-σιγά και η νέα σχολική χρονιά είναι εμπρός των πυλών. Μαζί όμως με αυτή έρχεται και το άγχος μικρών και μεγάλων για το νέο αυτό ξεκίνημα. **Τι μπορούμε να κάνουμε λοιπόν για να είναι όσο πιο ομαλή γίνεται η πρώτη μέρα στο σχολείο;**

## **1. Προετοιμαστείτε κατάλληλα για το σχολείο**

Μερικές μέρες πριν το ξεκίνημα φροντίστε να επισκεφτείτε το κατάλληλο κατάστημα και με τη βοήθεια του μικρούς σας φίλου να διαλέξετε και να αγοράσετε την κατάλληλη τσάντα και όλα τα αναλώσιμα και τη γραφική ύλη που θα χρειαστεί για το σχολείο.

## **2. Ξεκινήστε επανάληψη**

Λίγο πριν «χτυπήσει το πρώτο κουδούνι» κανονίστε να κάνετε μερικές επαναλήψεις σε βασικές γνώσεις όπως είναι η αλφαβήτα, η προπαίδεια και η ανάγνωση. Με αυτόν τον τρόπο θα μειωθεί η αβεβαιότητα που πιθανότατα



### 3. Συζητείστε με το παιδί σας για το σχολείο

Μπορεί να μην το γνωρίζετε αλλά και το παιδί σας με τον δικό του τρόπο εκφράζει την αγωνία του για το γεγονός ότι θα πάει πάλι στο σχολείο και ειδικά αν είναι πρωτάκι. Βρείτε λίγο χρόνο και εξηγήστε του πως είναι η κατάσταση και πως μπορεί να συνδυάσει το παιχνίδι και το διάβασμα μαζί ενώ θα δει πάλι τους φίλους του και θα κάνει νέες παρέες.

### 4. Την μεγάλη μέρα

Φροντίστε ώστε να ξυπνήσετε νωρίς, να ετοιμάσετε πρωινό και κολατσιό, να ντυθείτε μαζί και στο τέλος χωρίς γκρίνιες και ανησυχίες να ξεκινήσετε μαζί για το σχολείο είτε ακόμα και παρέα με κάποιον συμμαθητή του. Κάντε το πρωινό ξύπνημα μια ευχάριστη διαδικασία για να γίνει όσο τον δυνατόν πιο ομαλή η προσαρμογή των παιδιών στο σχολείο.

### 5. Από εκεί και πέρα βάζουμε πρόγραμμα

Τα δύσκολα πέρασαν. Συμβουλευτείτε το παιδί σας για τις προτιμήσεις του στις εξωσχολικές δραστηριότητες και ξεκινήστε να στήνετε το νέο του πρόγραμμα. Φροντίστε να επιβλέπετε το διάβασμά του και να τον βοηθάτε όπου χρειάζεται ενώ συνάμα να του δίνεται και τον απαραίτητο χρόνο για το παιχνίδι. Το βράδυ ωστόσο καλό θα ήταν να πέφτει για ύπνο συγκεκριμένη ώρα έτσι ώστε να έχει και

συγκεκριμένη ώρα για φαί και όλα τα υπόλοιπα.

Κάντε την καθημερινότητα μια διασκεδαστική διαδικασία για το παιδί σας και θα δείτε πως με τη χαρά και την θετική σκέψη θα απαλλαγεί από οποιοδήποτε φόβο και ανησυχία μπορεί να είχε.

Πελαγία Πάτραλη

**Πηγή:** [anagnostirio.gr](http://anagnostirio.gr)