

Ako môžete vašim deťom uľahčiť adaptáciu na školu ?

Prechod zo ZŠ na SŠ môžeme prirovnať k prestupu z jedného zamestnania do druhého, v ktorom sú vyššie nároky na výsledky práce. Pre vaše deti nebude tento prestup jednoduchý a môže trvať 3 mesiace až polroka.

Pre prvákov je najťažšie zvyknúť si na oveľa vyššiu záťaž študijnými povinnosťami. Najčastejšie si myslia, že keď základnú školu zvládli bez väčšieho úsilia a navyše s dobrými známami, podarí sa im to aj na strednej škole. Pri nesystematickom učení im však môžu klesnúť známky nižšie o 2 až 3 stupne. Stáva sa, že si potom prestanú veriť alebo v učení úplne rezignujú. Dobrý štart na škole, je preto pre ich sebadôveru veľmi dôležitý.

Pýtajte sa na školu

Vyhňte sa pritom všeobecným otázkam typu „čo bolo v škole“, lebo najčastejšie sa dozviete, že nič, všetko po starom. Klad'te konkrétne otázky :

- Ktorý predmet je podľa teba najviac zaujímavý ?
- čom ten predmet je, čo sa na ňom teraz učíte ?
- Myslíš si, že niektorý predmet bude pre teba veľmi ťažký ?
- Ako vysvetľujú učitelia, rozumieš ich výkladu na hodinách ?
- Z koľkých predmetov dostávate domáce úlohy ?

Z odpovedí sa môžete dozvedieť o jeho postojoch ku škole, možných obavách a problémoch, pri ktorých by ste im mohli pomôcť.

Pomôžte deťom vytvoriť vhodný systém učenia

Porozprávajte sa s nimi o čase, podmienkach a spôsoboch učenia.

- Učenia budeš mať oveľa viac, premyslel si ako ho zvládneš ?
- koľkej hodine by sa mohol začať učiť ?
- Koľko času budeš na učenie približne potrebovať ?
- Ako by sa dali najlepšie zosúladiť tréningy a krúžky s učením ?
- Pomohlo by ti z niektorého predmetu doučovanie ?

Dôležité je, aby si vaše deti uvedomovali, že systematické a pravidelné učenie je najlepším spôsobom ako bez vážnych problémov zvládnuť školu a mať zo seba dobrý pocit.

O vhodných spôsoboch učenia sa žiaci dozvedia v rámci 4 vyučovacích hodín so školskou psychologičkou. Otestujú sa aký majú prirodzený štýl učenia a aké efektívne metódy by mohli vzhľadom na vlastný učebný štýl používať, ako sa učiť odborné texty a aký majú postoj k učeniu a profesionálne možnosti do budúcnosti.

Zaujímate sa ako sa cítia v triede medzi spolužiakmi

- Ako sa cítiš v triede ?
- S kým sedíš v lavici ?
- S ktorými spolužiakmi si najlepšie rozumieš ?
- Akú hudbu počúvajú ?
- Nespráva sa k tebe niekto zle ?

Snažte sa zachytiť signály nespokojnosti, utiahnutosti, nezačlenenosti, prípadne šikanovania.

Žiaci sa na prvých triednických hodinách budú rozprávať o formách intolerancie, vrátane šikanovania, aby ju vedeli rozpoznať, zaujať voči nej vhodný postoj a rozvíjať prosociálne správanie. Budú informovaní nielen o prevencii, ale i trestoch v rámci školského poriadku.