

Umiejętność siedzenia w ciszy i spokoju

Rodzice często zapominają, że przed pójściem do szkoły ich dziecko powinno opanować umiejętność siedzenia w ciszy i słuchania nauczyciela.

Dzieci, które nie potrafią spokojnie usiedzieć, szybko się uczą, że przeszkadzanie w lekcji przyciąga uwagę innych. Przyzwyczajają się do bycia w centrum uwagi, ale też bycia kłopotliwym uczniem. A to przerodzić się może w długotrwały problem z dyscypliną.

Na początek sprawdź, czy twoje dziecko bez problemów potrafi:

- słuchać czytanych książek
- podróżować samochodem
- bawić się w wannie lub piaskownicy
- czekać na swoją kolej
- rysować w skupieniu, lepić figurki z plasteliny, czy budować konstrukcje z klocków
- skończyć rozpoczęte zdanie

Jeśli dziecko jest niespokojne, postaraj się, by mogło dać upust nadmiarowi energii. Rób przerwy pomiędzy zajęciami „siedzącymi” i podczas tych przerw pozwól mu się „wybiegać”. Niech się pobawi, porozmawia głośno, czy pobiega.

Kiedy dziecko wie, że za chwilę będzie „czas głośny” – tak jak podczas szkolnych przerw – łatwiej mu będzie wytrzymać w skupieniu zajęcia „siedzące”.