

به نام خدا

چگونه کودک را برای مدرسه رفتن آماده کنم؟

مؤلف: فریدون رجدانی

(کارشناس ارشد روانشناسی شخصیت)

تصویرگر: یکتا شیب‌نقار

انتشارات ناک

سرشناسه : وجدانی، نرجس، ۱۳۶۳-

عنوان و نام پدیدآور : چگونه کودکم را برای مدرسه رفتن آماده کنم؟ / نویسنده نرجس وجدانی؛ تصویرگر یکتا شیرکوند.

مشخصات نشر : تهران: ناک، ۱۳۹۸.

شابک : 978-622-6805-02-5

سعی بر فهرست نویسی : فیبا

موضوع : آموزش پیش‌دبستانی

ردیف بندی کنگره : ۲/LB۱۱۴۰

ردیف بندی دیویی : ۲۱/۳۷۲

شماره کتابخانه ملی : ۵۷۲۰۱۰۸

عنوان کتاب : چگونه کودکم را برای مدرسه رفتن آماده کنم؟

نویسنده : نرجس وجدانی

تصویرگر : یکتا شیرکوند

ناشر : انتشارات ناک

صفحه آرا : آدینه کبرایی

مدیر هنری و تصویرگر : یکتا شیرکوند

سال و نوبت چاپ : ۱۳۹۸ / اول

شمارگان : ۱۰۰۰

شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۶۸۰۵-۰۲-۵

قیمت : ۱۰۰,۰۰۰ ریال

حق چاپ محفوظ است و هرگونه کپی برداری پیگرد قانونی دارد.

پیشگفتار

طی سال‌های تدریس خود در پیش‌دبستانی متوجه نکات و مسایلی در ارتباط با نوآموزان شدم که پیش‌آگهی آن توسط والدین می‌تواند تا حد زیادی به حل برخی مشکلات و مسایل رایج در بدو ورود کودکان به مدرسه کمک کند. قابل انکار نیست که ورود کودکان به مدرسه، نه تنها برای او که برای والدینش نیز تا حدودی نگران‌کننده و اضطراب‌زا می‌باشد. چرا که کودکی که تاکنون تجربه‌ی اجزای چندانی جز خانواده نداشته است، حالا باید محیط اجتماعی جدیدی را امتحان کند که امکان حضور پدر و مادرش در آنجا ممکن نیست. با مایل مختلفی رو به رو شود. یادگیری‌ها و استعدادهایش را به چالش بکشد. خودپنداره‌ی جدیدی کسب کند. مهارت‌های ارتباطی و اجتماعی‌اش را تقویت کند و مستقل‌تر عمل کند. حال اگر والدین شناخت بیشتری از این دوران کسب کنند و کودک را درست و هوشمندانه با این محیط

هدایت کنند، به طور حتم کودک نیز با مشکلات کمتری مواجه خواهد بود. کما این که برخی اوقات مدرسه علاوه بر مکان علم آموزی دانش آموز می تواند کارگاهی در جهت اصلاح برخی نایوه های نرزندپروری و تربیتی خانواده ها نیز باشد. از آن جا که به موضوعات مطرح شده در این کتابچه ی آموزشی در کمتر منبعی پرداخته شده است، از این رو می توانید مطمئن باشید خواندن مطالبش خالی از لطف نخواهد بود.

نرجس وجدانی

بهار ۹۸

فهرست مطالب

مقدمه	۷
-------	---

فصل اول:

شاخص‌های مرحله‌ی ورود به مدرسه

رشد جسمانی و فیزیکی	۱۰
توانایی‌های حرکتی و شناختی	۱۰
دندان‌داری	۱۵
بینایی	۱۶
توانایی‌های حرکتی و شناختی	۱۹

فصل دوم:

توصیه‌ها و راهکارها

بهداشت	۲۲
عادت و رفتارها	۲۳
آداب دستشویی رفتن	۲۶
خواب	۲۹
تغذیه	۳۰
هویت و شخصیت کودک	۳۲

۴۰..... مسئولیت‌پذیری و استقلال

فصل سوم:

بررسی چند مشکل رفتاری شایع در کودکان

۴۶..... دل‌ستگی و اضطراب جدایی از والدین

۵۰..... بیش‌فعالی

۵۴..... درخت‌ستیزی و ناسازگار

۶۱..... منابع و مراجع

مقدمه

در این کتاب آموزشی به طور خلاصه به برخی موارد و مشکلات رایج در بدو ورود به مدرسه می‌پردازیم و به راهکارها و نکات لازم اشاره خواهیم کرد. اما قبل از ذکر این موارد باید این موضوع را در نظر داشته باشید که این نکته‌ها برای کودکانی با هوش و یادگیری معمولی نگاشته شده است. پس اگر کودک شما مبتلا به اختلالات رشدی، یادگیری و دسی و دیسی است، بهتر است از افراد متخصص در حوزه‌ی کودک کمک بگیرید. پیشنهاد من به تمامی خانواده‌های عزیز این است که در صورت امکان، قبل از ورود به مدرسه، کودکشان توسط یک روانپزشک یا روانشناس کودک مورد بررسی و آزمون قرار گیرد و یا حتماً توسط مدرسه به مراکز سنجش و ارزشیابی مدرسه ارجاع داده شود، تا اگر مشکلی جدی وجود دارد، قبل از ورود به مدرسه مورد بررسی یا درمان قرار گیرد. چون اگر کودک قبل از بررسی مشکلات اساسی‌اش، مدرسه را شروع کند، ممکن است لطمه‌های جبران‌ناپذیری هم به کودک و هم به خانواده‌ی او وارد شود.