

Sammen om den gode Overgang til skole

Dit barn bliver snart et skolebarn - en ny hverdag begynder for både barn og forældre. Små forberedelser i hverdagen kan gøre en stor forskel. Her er nogle råd til, hvordan I som familie kan øve derhjemme.



KAN SELV GIVER MOD

Når dit barn selv kan hverdagens ting, vokser selvtilliden.

- ✓ **Genkend dine ting**
Øv at kende forskel på egen madpakke og drikkedunk - og husk navn på det hele.



- ✓ **Dit tøj - dit ansvar**
Øv at hænge tøj på krog og holde styr på eget tøj.



- ✓ **Madpakke med**
Øv at åbne, spise og pakke sammen igen - også på ture.



- ✓ **Toilet og håndvask**
Øv at gå på toilet alene og at vaske hænder grundigt.



- ✓ **Find tingene i tasken**
Øv at pakke skoletasken og finde det, der skal bruges.



- ✓ **Morgenrutiner**
Øv at komme i tøj, pakke tasken og være klar i god tid.



FÆLLESSKAB, LEG OG SAMARBEJDE

Skolen er et fællesskab. Dit barn får det lettere, når det kan arbejde sammen med andre.

- ✓ **Indgå i andres leg**
Øv at være med i lege, som andre har bestemt.



- ✓ **Øv spil - og at tabe**
Spil sammen derhjemme. Øv at tabe med godt humør.



- ✓ **Sæt selv en leg i gang.**
Øv at invitere andre med og finde på noget sammen.



- ✓ **Lege og bevægelse**
Puslespil, byggelege og bold-lege styrker samarbejde, tålmodighed og glæden ved at være aktiv.



- ✓ **Læs højt hver dag**
Læs bøger sammen - det styrker sprog, fantasi og nærvær



STRUKTUR, SØVN OG GODE RUTINER

Gode rutiner og nok søvn giver overskud til en ny skoledag.

- ✓ **Søvn er vigtigt**
Følg sundhedsstyrelsens anbefalinger for søvn (9-11 timer), så barnet er frisk og klar til skoledagen.



- ✓ **Klar til at modtage besked**
Øv at sidde stille og lytte, når en voksen taler.



- ✓ **Mere struktur i hverdagen**
Skolen har mere struktur end børnehaven. Øv rutiner og overgange derhjemme.



- ✓ **Mange nye indtryk**
Skolestart kan gøre dit barn ekstra træt. Giv tid til pauser og ro i starten.



- ✓ **Øv i foråret og sommerferien**
Gentagelser giver tryghed og gør skolestarten lettere.



Husk:

Det er helt normalt, at børn bliver ekstra trætte eller følsomme i starten. Giv barnet ro, hjælp lidt mere og sænk kravene i den første tid.

Nogle børn har brug for en pause efter skoledagen, før de har lyst til at fortælle om dagen.

Husk også::

- Skoletaske og penalhus
- Tøj efter vejret
- Skiftetøj i garderoben
- Navn på det hele

