

# Preparação para a escola

## Pode preparar o seu filho para a escola ao:

- Jogar jogos que envolvem esperar pela sua vez e partilhar
- Ajudá-lo a pedir o que precisa, se tiver fome, sede ou cansaço.
- Ensiná-lo a vestir-se, alimentar-se e usar a casa de banho sozinho.

## Começar a escola pode ser uma experiência positiva para todos

- Como pais, são os primeiros professores do vosso filho.
- Informe-se sobre a escola para compreender o que vai acontecer quando o seu filho começar.
- Esteja aberto a uma visita do professor a casa antes de começar a escola, se for proposta.
- Consulte o site da escola.

Assegure-se de que sabe o que fazer no primeiro dia: para onde ir de manhã e onde recolher o seu filho.



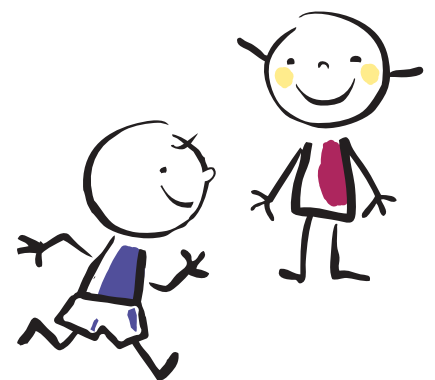
**Sabia que** quanto mais familiarizadas estiverem as crianças com a sua nova escola ou creche, mais rapidamente se acomodarão?

## Ler livros sobre o início da escola

Há muitos livros diferentes que pode partilhar sobre a escola. Isso pode ajudar o seu filho a sentir-se preparado para começar ou regressar à escola.

A seguir indicam-se alguns livros:

- *Starting School* por Janet and Allen Ahlberg
- *Topsy and Tim Start School* por Jean e Gareth Adamson
- *Going to School* por Anna Civardi e Stephen Cartwright
- *Harry and the Dinosaurs Go To School* por Ian Whybrow
- *Come to School Too, Blue Kangaroo!* Por Emma Chichester Clark
- *I Am Too Absolutely Small For School* por Lauren Child



## Praticar novas rotinas

Pratique a rotina da manhã, incluindo levantar-se e vestir-se, e tomar o pequeno-almoço "a tempo da escola". Certifique-se de que o seu filho dormiu o suficiente e está pronto para a escola no primeiro dia.

### Dica com estrela

No final do dia - receba o seu filho com um sorriso e não com um telemóvel!

### Ideia de conversa fiada

Partilhe um dos livros indicados. Fale sobre como seu filho se está a sentir ao começar a escola.