



## O ŠKOLI...

## NOVA PRIJATELJSTVA

Kroz srednju školu vršnjaci mladima postaju vrlo važna podrška, stoga im je vrlo važno njihovo mišljenje. Razmisli o kvalitetama koje su ti važne kod prijatelja!

Savjeti kako sklopiti nova prijateljstva u srednjoj školi:

- pokušaj napraviti prvi korak: ako ti se neko čini zanimljivim, priđi mu/joj i predstavi se, normalno je osjećati dozu straha ili srama
- sjeti se da je ovo za sve tvoje vršnjake novo iskustvo te da se i oni, vjerojatno, osjećaju slično kao i ti
- možeš na osobi kojoj prilaziš naći nešto što ti se sviđa (npr. odjeća, frizura i sl.) i tako početi razgovor
- jedna od zajedničkih tema može biti i nova škola!
- treba vremena da nekoga bolje upoznaš pa budi strpljiv/a!

✉ [pedagog@gimnazija-varazdin.skole.hr](mailto:pedagog@gimnazija-varazdin.skole.hr)

☎ 042/302-124

📍 Ulica Petra Preradovića, 14  
42 000 Varaždin

🌐 <http://www.gimnazija-varazdin.skole.hr/>

## KUTAK ZA RODITELJE (SAVJETI PODRŠKE DJETETU)

- dajte vremena prilagodbi (novi ritam, novi školski kolektiv)
- uskladiti očekivanja od djeteta njegovom uzrastu
- prikazati realnu sliku škole (dijete upoznajte sa stvarnim očekivanjima)
- neka vaše dijete zna da ste uvijek uz njega (pružanje riječi podrške)
- podržite djetetovu samostalnost
- komunicirajte o emocijama
- podsjetite dijete da su ocjene prolazne, a potencijali i osobine koje se razvijaju trajne!



## KAKO SE PRILAGODITI NA SREDNJU ŠKOLU?

PRVA GIMNAZIJA VARAŽDIN



### Kako se prilagoditi na...

NOVU ŠKOLU

NOVE ŠKOLSKE KOLEGE I PROFESORE

NOVE ŠKOLSKE IZAZOVE



SAVJETI I RIJEČI PODRŠKE ZA SREDNJOŠKOLCE

*Talent je jeftiniji od kuhinjske soli. Ono što dijeli nadarenog pojedinca od uspješnog je mnogo napornog rada. - Stephen King*

## PRELAZAK U SREDNJU ŠKOLU

Prelazak iz osnovne škole u srednju predstavlja veliki iskorak za budućnost svake osobe. Odabir srednje škole za mnoge je lijep i važan događaj u životu, ali zahtijeva veliku promjenu koja rezultira potrebom za prilagodbom. Opet prvašić, opet stres! Nije lako ostaviti stare prijatelje i ponovno biti najmlađi u školi. Slijedi borba za uspjeh, za ocjene, za status...Odgovornost je veća, radi se se puno više i ozbiljnije!

### BUDI SAMOPOUZDAN/A!

NISI SAM/A!



- Već si došao/la do ovdje jer si pokazao/la trud, posvećenost i talent!
- Svaki izazov predstavlja priliku za rast.
- Sjeti se svih prepreka koje si već savladao/la i koristi ih kao poticaj za daljnji napredak.
- Nemoj se uspoređivati s drugima. Svi imaju svoj jedinstveni put i ritam kojim napreduju.
- Dopusti si biti ponosan na svoje postignuće!
- Ne boj se tražiti pomoć. Svi imamo trenutke kada nam je potrebna podrška, bilo emocionalna ili vezana uz školu
- Svaki napor koji ulažeš dovodi te korak bliže tvojim ciljevima.
- Budi strpljiv/a sa sobom, budi ponosan/na na male pobjede i vjeruj da ćeš postići ono što želiš!



## ŠKOLSKA PRILAGODBA

Uključuje motivaciju za upisanu srednju školu, navike i vještine učenja, a fokus je na znanju, ali i odnosu učenika prema učenju.



### DRUŠTVENA PRILAGODBA



Odnosi se na uspostavljanje, razvoj i održavanje odnosa sa školskim kolegama, profesorima i prijateljima.



### EMOCIONALNA PRILAGODBA

Podrazumijeva osjećaje svakog učenika, njihovo zadovoljstvo životom, kako se nosi sa školskim i drugim izazovima i preprekama...



### SAVJETI:

#### Školska prilagodba



- postaviti dosežne ciljeve
- postaviti prioritete
- aktivno sudjelovati u nastavi
- redovito i aktivno učiti! (npr. koristiti različite metode učenja)

#### Društvena prilagodba



- povezati se s kolegama kako biste zajedno učili, družili i dijelili vaša iskustva
- ne zaboraviti na "stare" prijatelje i kolege iz osnovne škole!

#### Emocionalna prilagodba



- paziti na ravnotežu između učenja, ostalih izvanškolskih aktivnosti i ne zaboraviti na slobodno vrijeme!
- vjerovati u svoje sposobnosti
- fokusirati se na pozitivne strane školovanja, čak i kada naiđu izazovi