

## Tips Mempersiapkan Si Kecil Menghadapi Hari Pertama Sekolah Setelah Libur Panjang



Hari pertama sekolah setelah liburan panjang memang menantang, baik bagi Ibu maupun bagi si Kecil. Salah satu penyebabnya adalah Ibu dan si Kecil sudah terbiasa dengan jadwal sehari-hari selama liburan yang santai. Si Kecil bisa jadi senang-senang saja bisa kembali ke sekolah dan beraktivitas bersama teman-temannya, yang menantang adalah mengembalikan kebiasaan untuk mengikuti jadwal hari sekolah. Berikut ini adalah beberapa tips untuk membantu si Kecil dan Ibu semangat menghadapi hari pertama sekolah dan kembali ke rutinitas hari sekolah.

### **1. Perlahan kembali ke jadwal hari sekolah menjelang liburan berakhir**

Jadwal yang mendadak berubah setelah liburan tentu lebih berat untuk dijalani si Kecil. Karenanya, Ibu bisa mencoba secara bertahap mengembalikan jadwal si Kecil mendekati jadwal di hari-hari terakhir liburan.

### **2. Beli & persiapkan perlengkapan sekolah**

Ajak si Kecil membeli perlengkapan sekolah yang ia butuhkan, misalnya pensil, buku dan lain sebagainya. Kemudian ajak ia mempersiapkan kebutuhan sekolahnya. Cara ini

biasanya dapat membantu si Kecil lebih bersemangat menghadapi .

### **3. Batasi *screen time***

Saat liburan biasanya anak-anak lebih bebas soal *screen time* bukan? Sebagai akibatnya, anak seringkali tidur lebih malam karena asyik bermain gadget. Kembali batasi *screen time* menjelang akhir liburan untuk membantu si Kecil tidur lebih cepat sehingga mereka dapat bangun lebih pagi. Membatasi *screen time* juga bertujuan membantu anak fokus ke kegiatan sekolah kembali dan termotivasi untuk belajar.

### **4. Siapkan sarapan bergizi**

Agar anak siap secara fisik dan mental menghadapi , pastikan ia mendapatkan asupan bergizi seimbang dari menu sarapannya sehingga tidak lemas dan bersemangat menjalani aktivitas di sekolah. Salah satu trik yang bisa ibu lakukan agar si Kecil lahap menyantap bekal adalah dengan mengajaknya menyiapkan bekal sehingga ia bisa memilih sendiri menu apa saja yang ia suka.

### **5. Antar dan jemput si Kecil ke sekolah**

Jika memang memungkinkan, Ibu bisa mengantar dan menjemput si Kecil di hari pertama sekolah. Cara ini dapat membantu anak bersemangat, Ibu dapat kembali menyesuaikan diri dengan jadwal si Kecil, dan Ibu juga dapat melihat kelas serta bertemu guru kelas si Kecil yang baru.

### **6. Bangunkan si Kecil dengan gembira**

Artinya, Ibu perlu bangun lebih pagi untuk menyiapkan sarapan dan diri Ibu sendiri dan kemudian membangunkan si Kecil tanpa terburu-buru. Sebagai ide tambahan, Ibu dapat membangunkan si Kecil dengan memasang lagu kesukaannya.

<https://www.sahabatnestle.co.id/content/view/tips-mempersiapkan-si-kecil-menghadapi-hari-pertama-sekolah-setelah-libur-panjang.html>