

# Ваш ребёнок идёт в школу

Советы и рекомендации родителям  
будущих первоклассников



Учитель начальных классов  
МБОУ Центра образования №20  
города Тулы  
Скворцова Юлия Митрофановна

**«Быть готовым к школе –  
не значит уметь читать, писать и  
считать.**

**Быть готовым к школе – значит  
быть готовым всему этому  
научиться»,**

считал детский психолог Л.А. Венгер



## Главная задача родителей при подготовке к школе



Создать общую **положительную установку**, общую позицию ребенка по отношению к школе и учению. Такая позиция должна сделать поступление в школу радостно ожидаемым событием, вызвать положительное отношение к предстоящему учению.

# Организация личного рабочего места ребенка



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

## ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

6

### ? КАКОЙ СТУЛ И СТОЛ ВЫБРАТЬ ДЛЯ ПЕРВОКЛАССНИКА.

1

Выбирайте стул с регулируемой высотой сидения и положением спинки. Это поможет подстроить стул под рост, особенности тела ребенка и сохранить его правильную осанку.

2

- Высота стола зависит от роста ребенка: 52 см – при росте до 120 см, 60 см – при росте ребенка больше 120 см.
- Габариты письменного стола можно считать оптимальными, если его край оказался точно на уровне груди сидящего ребенка, а ноги стоят под прямым углом.
- Глубина рабочей поверхности: 60–80 см. Ширина рабочей поверхности: 120–160 см.

3

#### ЛАМПА

слева (для правши)  
справа (для ребенка-левши)

#### ЧАСЫ

чтобы делать  
десятиминутные  
перерывы каждый час

#### КРАЙ СТОЛА

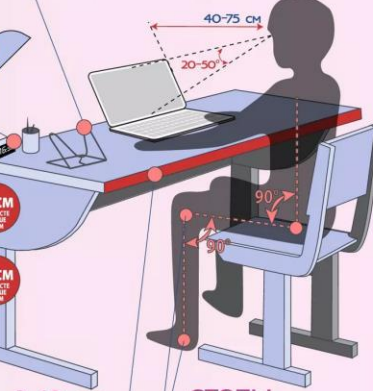
должен находиться  
на несколько  
сантиметров ниже  
уровня груди, чтобы  
сидящий ребенок  
мог опираться о  
поверхность локтями,  
не горбясь при этом  
и не задирая локти

#### СТОЛ

должен стоять  
левым боком к окну,  
чтобы стена комнаты  
была за ребенком,  
а не перед ним.

#### ПОДСТАВКА ДЛЯ УЧЕБНИКОВ

под углом 30–40° к поверхности стола



8–10 см  
расстояние между  
грудью ребенка  
и краем стола

СТОПЫ  
должны полностью  
касаться пола, а колени  
сгибаться под прямым углом

Выбирая стол, возьмите с собой ребенка, только так вы выберете стол, который идеально ему подходит

У ребенка должен быть свое рабочее место. Тогда он сможет сам систематизировать и разложить в ящики стола учебные принадлежности и научиться поддерживать порядок на рабочем месте. При покупке ориентируйтесь на рост ребенка.

Важно, чтобы ноги ученика стояли на полу, спина прикасалась к спинке стула, а между крышкой парты и грудью ребенка могла пройти его ладонь.

Лучше, если освещение будет слева.

Занавески нужно отодвинуть в сторону - основной свет должен попадать через верхнюю треть окна.

## Соблюдение режима дня

- ✓ Уже в августе постарайтесь упорядочить режим дня ребенка, соотнести его с режимом дня первоклассника. Очень важен систематический полноценный сон (не менее 10 часов), полноценное питание, прогулки и подвижные игры на свежем воздухе, сохранение дневного сна хотя бы первое время .
- ✓ Время, проведенное перед телевизором и компьютером, нужно довести до минимума. Избыток аудио-визуальной информации вредит формированию у детей сосредоточения, необходимого для развития чтения и письма.



## Формирование навыков самообслуживания

Приучайте детей к самообслуживанию:  
собрать портфель, завязать шнурки,  
застегнуть молнию, надеть спортивный  
костюм, убрать за собой в столовой ... и  
многое другое в школе придется  
делать самому, да еще в условиях  
ограниченного переменной времени.



- Обсудите с ребенком те **правила и нормы, с которыми он встретится в школе.** Объясните их необходимость и целесообразность.
- Развивайте у ребенка усидчивость, **умение доводить начатое до конца,** аккуратно выполнять любую работу.
- Составьте вместе с первоклассником **распорядок дня,** следите за его соблюдением.
- Если у первоклассника, например, есть **логопедические проблемы,** постарайтесь справиться с ними на первом году обучения.
- Ваш ребенок пришел в школу, чтобы учиться. Когда человек учится, у него может что-то не сразу получаться, это естественно. **Ребенок имеет право на ошибку.**

## Памятка для родителей будущих первоклассников



- Чтобы ребёнок умел слышать учителя, обращайтесь внимание, как он понимает ваши словесные инструкции и требования, которые должны быть чёткими, доброжелательными, немногословными, спокойными
- Учение – это нелегкий и ответственный труд. Поступление в школу существенно меняет жизнь ребенка, но не должно лишать его многообразия, радости, игры. У первоклассника должно оставаться достаточно времени для игровых занятий
- Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, в его учебных делах, обращайтесь за помощью и советом к учителю или психологу.

## Памятка для родителей будущих первоклассников



*Вместе у нас всё получится!*



## Школьный режим

- **Начало занятий в 8.30** (нахождение учеников в классе не менее, чем за 10 минут до начала занятий)
- **«Ступенчатый» режим обучения** первоклассников в первом полугодии
- Обучение без балльного оценивания знаний и домашних заданий.
- Дополнительные недельные каникулы во втором триместре (февраль)



# Школьная форма учащихся МБОУ ЦО №20



Школьная форма – тёмно-синий жилет с логотипом центра образования № 20, брюки/юбка/сарафан (темно-синий, чёрный)

Для заказа жилета необходимо сообщить классному руководителю **рост и окружность груди ребенка** (на текущий момент)

# Спортивная форма



Белая футболка, тёмные спортивные брюки, спортивная обувь

# Сменная обувь

должна быть удобная, такая, чтобы ребенок смог САМ её обуть и застегнуть



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

# ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

4

?

КАК ПРАВИЛЬНО ВЫБРАТЬ  
ПОРТФЕЛЬ (РЮКЗАК) ДЛЯ  
ПЕРВОКЛАССНИКА.

1

Пустой школьный портфель (рюкзак) для ученика начальных классов не должен весить более 600-700 граммов.

## ИДЕАЛЬНЫЙ ПОРТФЕЛЬ (РЮКЗАК)

Ширина портфеля (рюкзака) — не больше ширины плеч

Высота — не выше плеч, низ — не выше бедер

Свето-отражающие вставки

Множество карманов

Маркировка с возрастом

РЮКЗАК ДОЛЖЕН  
ВЕСИТЬ НЕ БОЛЕЕ  
**15%**  
ОТ ВЕСА  
РЕБЕНКА

Регулируемые широкие и мягкие лямки

Оборудован дополнительными ремнями

Твердая ортопедическая спинка

Мягкие подушечки на спине

## ТРЕВОЖНЫЕ ЗВОНКИ

Боль в плечах, шее и спине, их неестественное положение

Следы на коже от лямок

Покалывание и онемение в руках

Неестественная спотыкающаяся походка, трудности с подъемом по лестнице

## ЧАСТЫЕ ОШИБКИ

Покупка слишком большого портфеля (рюкзака)

Неправильное ношение

Перегрузка портфеля (рюкзака)

Неправильное распределение веса



2



!

Портфель (рюкзак) первоклассника с комплектом учебников и письменными принадлежностями не должен весить больше 1,5 кг (требования СанПин).

# Рекомендуемый список школьных принадлежностей первоклассника



## 1. Пенал (мягкий на молнии):

- 2 синие шариковые ручки
- 2 простых карандаша
- Ластик
- Точилка с контейнером
- Линейка 15 см
- Цветные карандаши 12-18 цветов

## 2. Тетради в частую косую линейку – 4 шт. (листов)

Тетради в клетку – 8 шт. (12 листов)

Обложки на тетради и учебники

## 3. Принадлежности для урока технологии

- Папка на молнии
- Пластилин (не менее 12 цветов), стеки
- Доска для лепки
- Цветная бумага
- Цветной и белый картон
- Ножницы в чехле (с тупыми концами)
- Клей –карандаш

## 4. Принадлежности для урока изобразительного искусства

- Папка на молнии
- Альбом
- Краски акварельные (не менее 12 цветов)
- Гуашь (9 цветов)
- Кисточки (тонкая, средняя, толстая, лучше синтетика)
- Фломастеры (не менее 12 цветов)
- Палитра
- Баночка «Непроливайка»

Для уроков технологии и изобразительного искусства необходимы клеенка, фартук и рукавники, влажные салфетки.

ВСЕ ПРИНАДЛЕЖНОСТИ ПОДПИСАТЬ

# Система учебников «Школа России»



# Можно ли носить игрушки в школу?

**Да, можно!**

Игровая деятельность еще является значимой для ребенка. Любимая игрушка зачастую олицетворяет друга, с ней можно поиграть на перемене вместе с одноклассниками.

Лучше, если игрушка будет не громоздкая, без острых углов.



## Нужен ли первокласснику телефон

- В нашей школе запрещено пользоваться мобильными телефонами на уроках
- Мы не рекомендуем первоклассникам носить в школу мобильный телефон – велико искушение звонить маме по малейшему поводу или поиграть на уроке в электронную игру
- Кроме того, дорогой телефон можно потерять или сломать





От того, как будет чувствовать себя ребёнок,  
поднимаясь на первую ступеньку  
лестницы познания, что он будет переживать,  
зависит весь его дальнейший путь к знаниям.

**В. А. Сухомлинский**

*Желаем Вам и Вашим детям  
успехов в подготовке к школе!*