



Добро
пожаловать
В ШКОЛУ!

**РУКОВОДСТВО
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
ПЕРВОКЛАССНИКА**





Содержание

К читателю	5
Школа сегодня	6
О доверии между семьей и школой	8
Участие в жизни школы	10
Поддержка ребенка в учебе	12
Отношения с друзьями	14
Буллинг	17
"Домашка"	18
Чтение	21
Здоровый образ жизни — подспорье в учебе	22





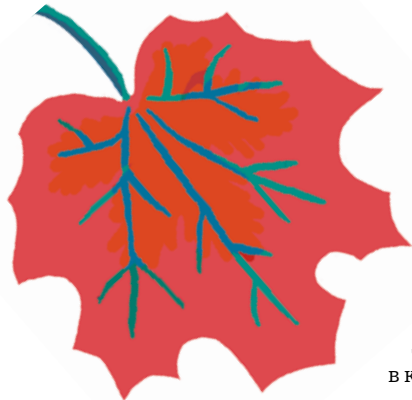
К читателю

Начало учебы — большое и волнительное событие как для ребенка, так и для вас, мамы и папы. Возможно, вы вспоминаете свои школьные годы и думаете о том, понравится ли ребенку в школе и как он будет к ней привыкать. Какой у него будет учитель? Будет ли ребенку сложно — или, наоборот, слишком легко? Как он будет справляться в большом классе, где часть ребят — тихие и стеснительные, а другим, быть может, сложно усидеть на месте. Пользуются ли все остальные дети новыми дорогими смартфонами, или у них вообще нет телефонов? Как ваш ребенок будет адаптироваться в группе?

Волноваться не стоит. В классе будут очень разные дети, и каждый найдет там свое место.

Как родитель, вы окажете ребенку лучшую поддержку, если будете относиться к его школьной жизни позитивно и с доверием. Современная школа — совсем иная, чем во времена вашего детства. Чтобы получить представление о современной школе, не стесняйтесь интересоваться, проявлять любознательность и смело задавайте вопросы, если что-то в школьной жизни вызывает ваше беспокойство. Ваше позитивное отношение к школе отражается на вашем ребенке. Ваш личный опыт школьных лет не должен определять того, как вы ведете себя, будучи родителем школьника.

Мы надеемся, что эта брошюра подскажет вам, как можно поддержать ребенка, чтобы у него было хорошее начало учебы.



Школа сегодня

Сами того не замечая, родители могут полагать, что школа осталась такой же, как во времена их учебы. Возможно, вы представляете себе ровные ряды парт и помните еженедельные диктанты. Школа и сейчас может так выглядеть, но работа в классе ведется многими разными способами: дети могут учиться читать с помощью планшета, решать задачи по математике в лесу и делать домашние задания, сидя или даже лежа в классе на полу. Школа меняется, и это хорошо. Меняется окружающий мир, и школа должна участвовать в этом процессе.

В Финляндии школьный учитель обладает значительной независимостью и может сам выбирать методику с условием, что он выполняет программу обучения. Поэтому в разных классах школьные будни отличаются друг от друга. Часть учителей составляет расписание, где указаны названия всех предметов, тогда как другие просто ставят в расписании крестики, и одна учебная неделя получается непохожей на другую. Родителям стоит довериться учителю и не бояться спрашивать, если что-то осталось неясным или вызывает сомнения.

В современной школе обучение идет по тематическим блокам. В этом случае вместо того, чтобы проходить предметы по отдельности, ученики изучают, как разные явления связаны с друг другом. Это называют восстановлением целостности обучения. Задача школы — давать разнообразные навыки, которые будут полезны ребенку в будущем. Среди них, например, владение информационными и коммуникационными технологиями и навык комплексной грамотности (умение интерпретировать, создавать и оценивать различные тексты и информацию). Эти навыки развиваются разными способами при обучении всем предметам.

Оценка знаний ученика в современной школе также отличается от того, что было принято раньше. Оценка — мотивирующая,



многосторонняя, она помогает ученику понимать ход своего обучения. Задача выставления оценки — в том, чтобы направлять обучение и отслеживать прогресс. Ученики также учатся сами оценивать свою учебу и давать отзывы на работу других учеников. В первые годы обучения в таблице в основном используется словесная оценка. Цифровые оценки следует начинать выставлять самое позднее с 4 класса.



В школе делается акцент на вовлеченности учеников и родителей. И ученики, и родители могут участвовать в развитии школьной деятельности и в дискуссии о ценностях школы. Чтобы голос родителей в школе был услышан, стоит воспользоваться этой возможностью и, например, участвовать в обсуждении на родительских собраниях.

Подробности об обучении и работе школы вы найдете в Программе обучения, которая обычно размещена на сайте школы и которую в школе представляют родителям.





О доверии между семьей и школой

- Доверие между семьей и школой улучшает комфорт и безопасность ученика в школе.
- Доверие между семьей и школой положительно влияет на учебу и успеваемость ребенка.
- Укрепление доверия происходит при достаточном взаимодействии семьи и школы и при условии, что стороны выслушивают и уважают мнение друг друга. Никогда не критикуйте школу при ребенке.



Раньше считали, что школа занимается обучением, а семья — воспитанием. Сейчас подчеркиваются важность участия родителей в школьной жизни и партнерство семьи и школы. Когда школа и семья сотрудничают и поддерживают друг друга, дети ощущают себя в школе более уютно и школьная жизнь становится более безопасной.

Реальное сотрудничество и доверие между семьей и школой помогает ребенку учиться и чувствовать себя в школе комфортно. Доверие между семьей и школой укрепляется, если родители и сотрудники школы встречаются достаточно часто и знают друг друга.

Доверия не возникает, если встречи или иные контакты между семьей и школой редки, а обмен информацией недостаточен. Родителю тоже нужно быть активным и поддерживать связь со школой. Однако, стоит с уважением относиться к рабочему времени учителя и уточнять, когда и каким образом лучше с ним встретиться.

Иногда рассказы детей о школе вызывают беспокойство. Ребенка всегда надо выслушать и отнестись к его словам серьезно. При этом стоит помнить, что ребенку может быть непросто проанализировать свой опыт с точки зрения других людей. Если беспокойство не проходит, свяжитесь со школой и выясните, как ситуацию видят там. Важно не критиковать школу и педагогов при ребенке. Это может пошатнуть доверие ребенка к школе.

Что сегодня было
смешного?

Во что вы играли
на перемене?

Что тебе сегодня
в школе больше
всего понравилось?

Участие в жизни школы

- Важный способ поддержки ребенка в учебе — интересоваться, как прошел день в школе, ободрять и мотивировать ребенка, помогать ему в домашних заданиях.
- Ваш интерес к школе дает ребенку понять, что школа — важное дело.
- Став активным участником родительского комитета школы или участвуя в деятельности родителей в классе, вы можете познакомиться с работой школы, учителями и другими родителями.

Ваше собственное отношение к школе, особенно тогда, когда ребенок еще маленький, влияет на отношение ребенка к школе. Когда вы проявляете интерес и говорите о школе в позитивном ключе, вы даете понять, что школа важна. Тогда и ребенок будет считать ее важной.

Активно ходите на родительские собрания, "родительские пятнадцатиминутки (*индивидуальные встречи с учителем — прим. переводчика*)" и оценочные собеседования. Во многих школах работают родительские комитеты и родительские объединения классов. Участвуя в волонтерской деятельности родителей, вы сможете больше влиять на то, насколько хорошо дети чувствуют себя в школе.

Что тебя в школе
больше всего
порадовало?

Как ты сегодня
помогал другим
ученикам?

Что было
сегодня в школе
скучно?

Чему ты сегодня
научился?

Будьте рядом и принимайте участие:

- Зайдите в школу в обычный учебный день. Так вы познакомитесь со школьной жизнью, и вам будет проще обсуждать ее с ребенком. Учебный процесс является открытым: у родителя есть возможность прийти и наблюдать за тем, как проходит школьный день.
- Участвуйте в "родительских пятнадцатиминутках", родительских собраниях и других мероприятиях, которые организует школа.
- Придумайте разные способы задать ребенку вопрос "Как у тебя сегодня дела в школе?"
- Если вас что-то беспокоит, обращайтесь напрямую к учителю. Так вы быстро получите ответы на свои вопросы.
- Вступите в школьный родительский комитет или объединение родителей класса.
- Давайте положительные отзывы о школе. Положительный отзыв мотивирует учителей в их работе и укрепляет доверие между семьей и школой.



Поддержка ребенка в учебе

- Уделяйте больше внимания процессу учебы ребенка, чем его результатам: "Сейчас ты отлично справился, хотя это было непросто".
- Дайте понять, что неудача — это нестрашно. Ребенку важно научиться справляться с неудачами и препятствиями.
- Не считайте трудности ребенка проблемой. Вместо этого лучше подумайте о том, что ребенку нужно упражняться в некоторых навыках, и покажите ему, что вы ободряете и поддерживаете его, когда он упражняется.



Подсказка!

Родители часто подбадривают ребенка на занятиях разными хобби. Точно также ребенок нуждается в ободрении и интересе родителей в отношении школьной учебы. То, каким учеником были вы сами, не имеет значения. Поддержать своего ребенка во время учебы может любой родитель.

В современной школе акцент делается на навыках обучения и работы. Ребенок также должен испытывать неудачи — мы учимся на наших ошибках. Важно, чтобы мы не создавали обстановку, в которой ребенок будет бояться неудач. Если страх перед неудачей победит, ребенок может сдать и даже не будет пытаться что-то попробовать.

Повторение попыток и упорство влияют на конечный результат. Если вам в школе не давалась математика, вы поймете вашего ребенка, если и ему она не нравится. Но это не должно стать оправданием того, что и вашему ребенку пытаться не стоит. Позитивные ожидания поддерживают уверенность ребенка в себе. Ему в равной степени нужны поддержка, ободрение, похвала и указания.

Если вы заметите, что у вашего ребенка есть сложности, связанные с учебной или социальными навыками, без колебаний обращайтесь в школу. У ребенка есть право на педагогическую и сопутствующую поддержку в школе. Поддержка должна быть предложена сразу, как только возникнет такая необходимость, и оказываться, пока эта необходимость существует. Помимо коррекционного педагога в школе работают куратор и/или школьный психолог и школьная медсестра, с которыми вы можете связаться, когда захотите обсудить вопросы, связанные с учебной или посещением школы.

Так говорить не надо:

“Я не могу тебе помочь, я так плохо понимаю в математике”,
или
“Ай, я тоже считал шведский самым глупым предметом в школе!”

Лучше скажите вот как:

“Ничего, мы вместе справимся”,
или
“Интересно, вот и я научусь чему-то новому”.



Отношения с друзьями

- Познакомьтесь с другими родителями и учениками в классе. Так класс превратится в сообщество, которое сможет вместе предотвратить исключение учеников из общей компании и буллинг.
- Обсуждайте с ребенком его отношения с друзьями и то, как нужно обращаться с другими людьми. Показывайте пример, и не критикуйте при ребенке, допустим, ваших коллег по работе.
- Чтобы ребенку было комфортно в классе, должно быть комфортно ВСЕМ детям. Поэтому стоит подумать, как, например, устраиваются дни рождения, и кого туда приглашать.

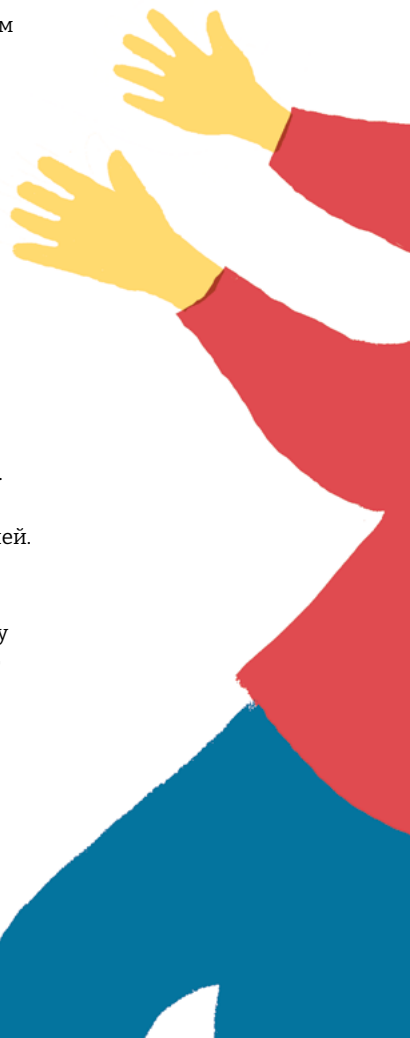
Если ребенку нравится в школе, ему должно быть комфортно в классе, у него должно быть ощущение безопасности и друзья. В начале учебы в классе формируют позитивную общую атмосферу и упражняются в социальных навыках. Поддерживать ребенка в процессе создания положительных социальных связей важно и дома. Вы, как родитель, можете принять участие в формировании и поддержании позитивной атмосферы в классе.

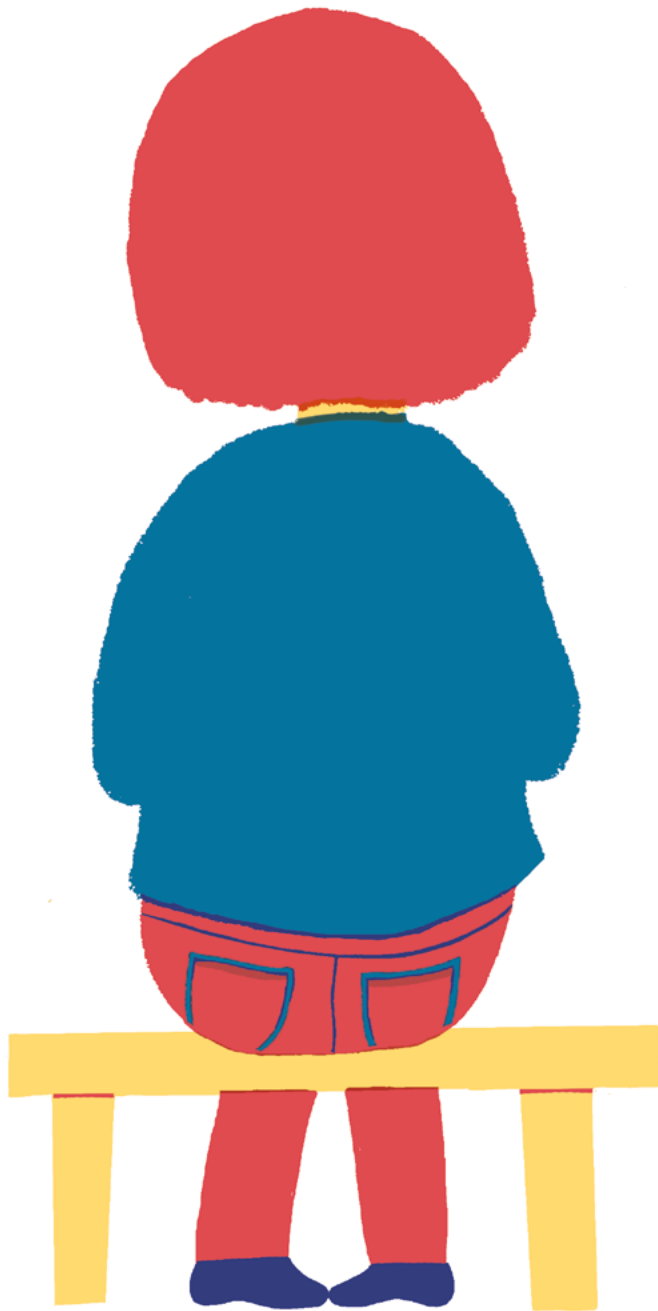


Чтобы класс действовал, как сообщество, ребенку нужно научиться проявлять гибкость, сотрудничать и контролировать свое поведение. Даже маленький ребенок отвечает за самочувствие своих одноклассников. Научите ребенка, что он должен относиться ко всем одноклассникам дружелюбно и принимать их в игры. Регулярно спрашивайте, как он сам ведет себя в качестве друга. Чтобы ребенку было комфортно и его принимали в группе, ему нужно учиться соблюдать правила. Например, учиться проигрывать, давать другим принимать решения и делать что-то, когда подойдет его очередь.

В школе ребенок познакомится со многими другими детьми. Важно, чтобы родители не указывали, с кем ему можно играть. Вместо этого пригласите одноклассников вашего ребенка домой и наблюдайте за их играми. Для детей очень важны дни рождения, и никто не хочет остаться без приглашения. Если вы не можете пригласить домой весь класс, поищите другие решения. Возможно, в это же время день рождения отмечают и другие дети, и вы можете устроить совместный праздник в общем помещении дома или в доме у того ребенка, где больше места.

Каждый ребенок индивидуален, и кому-то будет сложнее адаптироваться к занятиям. Каким-то детям нужно больше поддержки в учебе, чем другим. Учителя обязаны соблюдать конфиденциальность и, например, не могут рассказывать о потребности ребенка в поддержке без разрешения родителей. Если у вашего ребенка есть особые потребности, о них с согласия вашего ребенка стоит рассказать другим детям и их родителям. Тогда они поймут, почему ваш ребенок ходит на занятия с коррекционным педагогом, почему у него есть личный помощник и он делает задания, которые отличаются от остальных.





Буллинг

- Время от времени буллинг начинается в любой школе.
- Буллинг — это групповое явление.
- Активность родителей в укреплении благополучия детей в классе эффективно предотвращает буллинг.

Родители часто переживают, что их ребенка в школе дразнят, или этим занимается сам ребенок. С тех пор, как вы сами учились в школе, изменился и буллинг, как явление, и способы ему противодействовать. Интернет и мобильный телефон привнесли в буллинг новые формы, теперь травля может преследовать ребенка и вне школы. С другой стороны, школы лучше, чем раньше, распознают и понимают буллинг. Школам следует вмешиваться в ситуацию при первом подозрении на буллинг. Также школам следует активнее заниматься профилактикой буллинга. Активная деятельность родителей по укреплению благополучия детей в классе эффективно предотвращает буллинг. Когда родители общаются друг с другом, доброжелательно говорят о других родителях и детях, буллинга можно избежать. Как родитель, вы показываете пример обращения с другими людьми. Дети, чьи родители осуждают буллинг, редко сами занимаются буллингом. Они также не боятся вмешиваться, если замечают, что кого-то дразнят.

- Буллинг — ситуация, когда одному и тому же ребенку причиняют вред или портят настроение. Этим занимаются один или несколько детей, от которых жертва не может себя защитить.
- Буллингом редко занимается кто-то один. Почти всегда в этом принимают участие другие дети, либо в качестве помощников, либо в качестве подстрекателей.
- Буллинг среди детей может остаться незамеченным со стороны взрослых.
- Дети, ставшие жертвами буллинга, не всегда рассказывают об этом взрослым, потому что они могут стыдиться этого или думают, что они этого заслужили.
- Всегда обращайтесь в школу, если вам стало известно, что вашего ребенка или его одноклассника дразнят.
- Не защищайте поведение вашего ребенка, если вы узнаете, что он занимается буллингом, вместо этого помогите ему и поддержите в том, чтобы он это прекратил.



“Домашка”

- Создайте дома комфортные условия и распорядок для выполнения домашних заданий.
- Ободряйте ребенка, чтобы он брал на себя ответственность за выполнение домашних заданий. Оказывайте поддержку и будьте при необходимости готовы помочь.
- Обратитесь к учителю, если домашние задания кажутся слишком сложными, занимают у ребенка слишком много времени или часто становятся причиной ссор дома. Так вы вместе сможете продумать решения, которые будут работать в вашей семье.

В первом классе дети часто радуются домашним заданиям. “Домашка” — знак того, что они стали школьниками. Домашние задания важны, потому что они учат ребенка ответственно относиться к школьным занятиям. С помощью заданий повторяется пройденное в школе. Благодаря заданиям родители получают представление о том, что изучают в школе.

Возможно, часть детей научилась от старших братьев и сестер считать домашние задания скучными. Какие-то дети вынуждены прилагать для выполнения заданий больше усилий, чем другие. Какой бы ни была ситуация у вашего ребенка,

выполнение домашних заданий нужно сделать частью домашнего распорядка. Подумайте вместе, где и когда будет делаться "домашка". Перекус и подвижные занятия перед выполнением домашних заданий, возможно, помогут ребенку сосредоточиться. Многозадачность — когда одновременно занимаются многими вещами — мешает сосредоточиться на выполнении заданий.

Домашние задания — это упражнения по изученному в школе материалу, поэтому в первую очередь ребенок должен справляться с ними сам. Вы родитель, и вам не нужно быть учителем. Достаточно, если вы проявите интерес и будете готовы помочь, когда это понадобится ребенку. В начальных классах задания включают в себя упражнения в чтении, и здесь у родителей есть важная задача. Нужно слушать, поддерживать и ободрять ребенка, потому что чтение — основа всего обучения.

Ключевым правилом является то, что в первом классе выполнение домашних заданий не должно занимать больше получаса. Если выполнение заданий слишком затягивается, обратитесь к учителю. Иногда задание может оказаться для ребенка чересчур сложным, или ребенок слишком устал для его выполнения. В этом случае доверьтесь своему родительскому чутью, не настаивайте на выполнении задания и сообщите об этом учителю. Общение с учителем важно, потому что никому не нужно, чтобы задания подкосили мотивацию ребенка к учебе.

Может быть и так, что ребенок устает от школы и мотивация снижается, когда прелесть первых школьных дней уходит, и осенняя темнота начинает действовать угнетающе. Учебники могут полететь в угол, ребенок будет плакать, раздражаться и думать, что все другие справляются лучше, чем он. От родителей требуется терпение и понимание. Об этой ситуации нужно рассказать учителю. Можно обратиться за поддержкой к другим родителям и спросить, как их дети справляются с "домашкой".





Чтение

- Развитый навык чтения — основа всей учебы.
- Читайте ребенку вслух, даже если он сам уже научился читать. Это улучшает навыки чтения и словарный запас ребенка.
- Читайте газеты, посещайте библиотеку и обсуждайте книги. Так вы станете примером для ребенка.

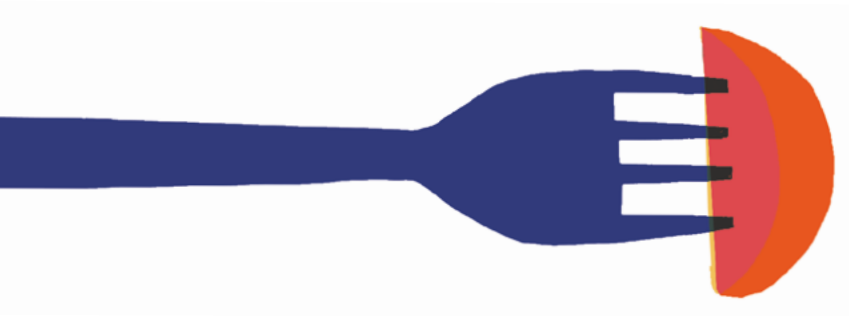
Развитый навык чтения — один из важнейших инструментов обучения в школе. Как родитель, вы многое можете сделать для развития этого навыка у вашего ребенка. Чтение влияет не только на развитие родного языка ребенка — это ключ ко всему учебному процессу. Чтение увеличивает словарный запас ребенка, развивает выразительные возможности речи, навык мышления и решения задач.

- 80% словарного запаса человек получает из напечатанного текста.
- Словарный запас 7-летнего ребенка — порядка 5000–7000 слов.
- Словарный запас человека в возрасте 17 лет, регулярно читавшего и слушавшего тексты — порядка 50 000–70 000 слов.
- Словарный запас человека в возрасте 17 лет, который не читал и не слушал тексты — порядка 15 000–17 000 слов.

Читайте ребенку вслух каждый день и после того, как он сам научился читать. Вы также можете читать с ребенком вслух по очереди. Чтение вслух позволяет ребенку вживаться в образы персонажей и их чувства, и понимать свои и чужие эмоции.

Лучше читать вслух на родном языке, даже если это не тот язык, на котором ребенок учится в школе. Подайте ребенку пример, и читайте сами так, чтобы ребенок видел вас за этим занятием. Если родитель предлагает ребенку почитать, при этом сам не прикасаясь к книгам, ребенок получит противоречивые сигналы.

Чтение вслух не следует прекращать, даже если ребенок научился читать. Чтение вслух подходит всем, и с его помощью ребенок может познакомиться с книгами, которые ему сложно прочесть самостоятельно.



**Здоровый образ
жизни — подспорье
в учебе**





Физкультура

Для хорошего самочувствия ребенку необходимо двигаться три часа в день, из них час — активно и с физической нагрузкой (например, бег, ходьба на лыжах, лазание или плавание). Не следует сидеть на одном месте дольше часа за раз. Во многих школах отказались от традиционных парт, и дети могут заниматься стоя или даже сидя на полу. Меняющиеся положения и физическая активность — поддержка учебы, концентрации внимания и работы памяти. Также движение развивает моторику и предотвращает заболевания.

Сон

Чтобы ребенок выдерживал школьный день, ему необходим достаточный сон. Сон также влияет на учебу. Младшему школьнику необходимо спать десять часов в сутки. Хотя потребность в сне индивидуальна, это можно принять за отправную точку. Синеватый свет смартфона и планшета ухудшает качество сна, поэтому гаджеты лучше отложить задолго до того, как лечь спать.

Питание

Чтобы спокойно сидеть на уроках, ребенку требуется достаточно энергии. Поэтому завтрак важен вне зависимости от того, сколько ребенок съедает по утрам. Питание в финских школах обычно качественное, и первоклассники едят с удовольствием. Ученики постарше бывают более критичны по отношению к школьной еде, но родителям не стоит просто так поддерживать их в этом мнении. Важно, чтобы учащиеся учились уважать еду, которую они получают в школе бесплатно. Если во второй половине дня ребенок жалуется на голод, в школу можно взять с собой фрукты, чтобы подкрепиться.

**Эта брошюра
предназначена
для родителей,
чьи дети идут
в первый класс
школы.**

поддержка и ободрение со
стороны родителей во время
учебы очень влияют на то,
как ребенок чувствует себя и
учится в школе.

**Благодаря эффективному сотрудничеству
семьи и школы, а также активной
поддержке родителей**

- **улучшаются процесс учебы ребенка и его результаты**
- **ребенку нравится в школе**
- **укрепляются отношения ученика и учителя**
- **развиваются социальные навыки ребенка**



HEM OCH SKOLA

ТЕКСТ Хейди Литен и Микаэла Романчук
ДОПОЛНЕННЫЙ ПЕРЕВОД НА ФИНСКИЙ ЯЗЫК Йенни Питкяниemi, Шведское бюро переводов и Туйя Метсо,
Ассоциация родительских объединений Финляндии
ИЛЛЮСТРАЦИИ И ВЕРСТКА Ханна Сиира. Дополненное издание 2021
Издание осуществлено при поддержке Фонда потребительской кооперации