



SKOLA POČINJE

Dobro došli!


**VODIC RODITELJIMA CIJE
DIJETE POLAZI U SKOLU**





SADRZAJ

Citaocu	5
Skola danas	6
Klen Povjerenje izmedju kuce i skole	8
Angazman	10
Podrzavanje skolovanja vasesg djeteta	12
Relacije izmedju drugova	14
Mobing	17
Zadace	18
Citanje	21
Zdrave navike podsticu skolstvo	22





CITAOCU

Pocetak skole je velika i uzbudljiva promjena, ne samo za dijete vec i za vas kao roditelja. Sigurno tad pocinjete da razmisljate o vasem licnom vremenu provedenom u skoli i tome kako ce vasem djetetu to sve izgledati i kako ce se u svemu tome snaci. Kakvog ce ucitelja imati? Hoce li vasem djetetu biti tesko ili mozda i prelako? Kako ce se vase dijete snaci u vecoj grupi gdje su jedan dio djece mirna i stidljiva a nekim drugima ipak je tesko mirno sjediti. Da li ta druga djeca svi imaju skupe mobilne telefone ili mozda nemaju nikakav telefon? Kako ce se vase dijete u to sve uklopiti?

Za ovo sve se ne trebate brinuti. U jednom razredu se nalaze razlicita djeca i svi oni imaju svoje mjesto u skoli.

Najbolje stajaliste za vas kao roditelja je da imate pozitivna iscekivanja za vase dijete kao i isto tako povjerenje u samo skolstvo. Skola danas ne izgleda kao sto je izgledala u vremenu kada ste vi isli u skolu. Da bi imali bolje shvatanje i razumijevanje za skolu dobro je pokazati interesovanje i znatizeljnost time da se usudjujete postavljati pitanja ukoliko imate nekih razmisljanja o necemu. Vi kao roditelj ste svome djetetu najvazniji uzor i vas pozitivan stav prema skoli se takodjer odrazava i na dijete. Vasa prozivljena iskustva iz vremena dok ste isli u skolu, ne moraju biti pokazatelj kakav roditelj ce te vi biti u skoli.

Mi se nadamo da ce vam ovaj materijal dati inspiraciju i potporu na koji nacin mozete da podupirete vase dijete da bi ono dobilo sto bolji pocetak svog skolovanja.



SKOLA DANAS

Kao roditelji može nam se desiti da nesvjesno proizilazimo od toga da škola treba da bude baš onakva kakva je bila dok ste vi išli u školu. Možda ispred sebe zamisljate učionicu sa stolovima u ravnim redovima i da djeca imaju diktat svake sedmice. I naravno može tako i da izgleda u nekim učionicama još uvijek, ali ima isto tako i učionica gdje djeca leže na podu, uče se pisati slova na tabletima, kao i da se uče matematiku vani u sumi.

Škola se mijenja i to je dobro. Svijet oko nas se također mijenja i zato i današnje škole prate te promijene. U Finskoj učitelji imaju dosta veliku autonomiju, što znači da dosta puno mogu sami da osmisle kako će održavati svoju nastavu, sa tim da prate nastavni plan. Zato jedan školski dan može da izgleda dosta različito od jedne do druge škole. Pojedini učitelji dijele raspored časova gdje su svi predmeti već upisani, dok možda drugi imaju raspored časova gdje stoji samo mnogo x što znači da svaka sedmica ne liči jedna drugoj. Kao roditelj je dobro se usuditi vjerovati učitelju i slobodno pitati ako vam je nešto nejasno ili imate neka razmišljanja.

Današnja škola razmišlja cjelovito. Zele se usredsrediti na to kako sve čini jednu cjelinu, umjesto da se samo koncentriše na jedan predmet posebno. Ovaj način nastave se zove višedimenzionalna nastava. Škola također ima zadatak da podučava djecu u različitim sposobnostima koje se smatraju biti potrebne u budućnosti. Ove sposobnosti se vježbaju na različite načine u okviru svih školskih predmeta i to su na primjer digitalna kompetencija i multiliterarnost (sposobnost tumačenja, produciranja i vrijednovanja različitih tipova teksta i informacija).

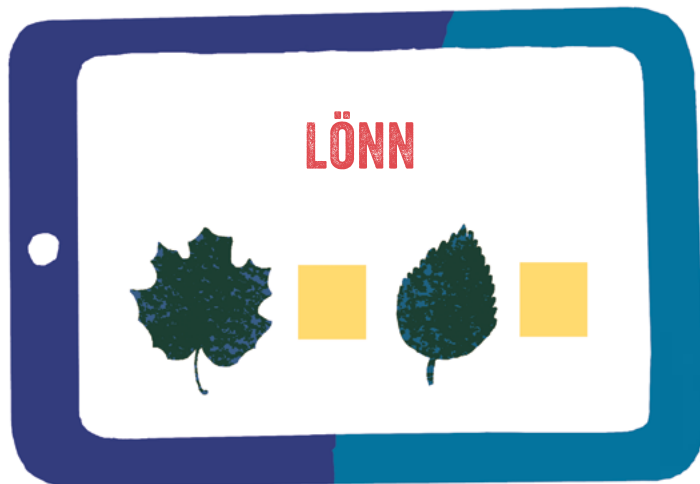


Učenici kao i roditelji danas imaju veće mogućnosti da utiču na školovanje time da im se nudi mogućnost da učestvuju u planiranju i razmatranju dijelatnosti, kao i u diskusijama o razvoju osnova vrijednosti. Da bi se misljenja roditelja čula, to možete pokazati time da na primjer u toku roditeljskih sastanaka date neke prijedloge i iskoristite ovakvu mogućnost.



Takodjer i ocjenjivanje danas izgleda drugačije. Fokus se stavlja na proces ucenja i takav treba da bude podstaknujuć i svestran. Učenici se i sami uče da znaju da ocijene svoje, kao i ucenje drugova. Najvažniji zadatak ocjenjivanja jeste da se osnazi ucenje. Cifrene ocijene se uvode sve kasnije i puno se usredsređuje na govorno i pismeno ocjenjivanje.


Više o nastavnom planu možete pročitati u našem materijalu *Läroplanen i ett nötskal*. Lokalni nastavni plan se takodjer prezentuje za vas roditelje.





KLEN POVJERENJE IZMEDJU KUĆE I SKOLE

- Uzajamno povjerenje između škole i kuće doprinosi dječijem dobrom prilagodjavanju i osjećaju sigurnosti. Pred djecom ne treba pričati ništa loše o školi.
- Povjerenje nam raste ukoliko imamo dovoljno međusobnih kontakata i ukoliko smo otvoreni za uzajamnu razmjenu misljenja.
- Postojanje uzajamnog povjerenja između škole i kuće pozitivno utiče na učenje i napredak djeteta u školi.



Ranije se smatralo da je skola ta koja je odgovorna za predavanja a kod kuće se radi na odgoju djeteta. Danas se puno naglasava koliko je također važno da su i roditelji prisutni i da postoji partnerstvo između škole i kuće. Uzajamna saradnja potpomaze da školsko vrijeme bude sigurnije i naprednije svoj djeci u školi.

Da bi saradnja između kuće i škole funkcionisala u potpori djeci treba da postoji povjerenje. Uzajamno povjerenje između porodice i škole ima veliko značenje kako se vaše dijete osjeća i napreduje u školi. Povjerenje raste kada se srećemo često i tako upoznajemo jedni druge. Na taj način proširujemo perspektivu i u školi kao i u porodičnom okruženju.

Uzajamno povjerenje škole i kuće podrazumijeva jedan aktivan i otvoren dijalog. Do nedostatka povjerenja dolazi ukoliko se ne srećemo ili nemamo dovoljno kontakta ili na neki način ne dobijemo dovoljno informacija. Ne ustrucavajte se da kontaktirate školu, s time da poštujete radno vrijeme učitelja i da prije saznate od škole i učitelja kad ih najlakše možete dobiti za razgovor.

Ponekad vam se može činiti da kad nešto vaše dijete ispriča o školi, može vam djelovati čudno. Uvijek shvatajte vaše dijete ozbiljno, s tim da dijete može ponekad teško da shvati cijelu situaciju. Ukoliko vam vaše dijete ispriča nešto što u vama budi neka razmišljanja, kontaktirajte školu i s njima također porazgovarajte. Važno je da pred našom djecom ne govorimo ništa loše o školi ili učiteljima. To može prouzrokovati da dijete gubi povjerenje u školu.

Sta se najvise igras na odmorima?

Sta je bilo najbolje danas u skoli?

Zbog cega si se danas smijao/smijala?

ANGAZMAN

- Najvazniji angazman u dječijem dobu skolovanja je da postavljate pitanja, da ih podsticete i da ste tu kao potpora dok obavljaju domace zadatke.
- Time da pokazujemo zainteresovanost za skolu signaliziramo dijeci da je skola vazna.
- Biti aktivan u skolskom roditeljskom udruzenju ili biti roditelj odjeljenja je takodjer jedan od nacina kako mozete dobiti sliku skolskih dijelatnosti i upoznavanje ucitelja i drugih roditelja.

To kako vi dozivljavate skolu, posebno dok su djeca jos mala puno utice na to kako i djeca to vide. Kada ste vi zainteresovani i pricate pozitivno o skoli pokazujete svom djetetu da je vazna i to vodi tome da i djetetu takodjer skola bude vazna.

Jedan dobar nacin da ukoliko zelite imati aktivnu ulogu kao roditelj se pridruzite skolskom roditeljskom udruzenju ili da prihvatite ulogu kao mama/tata odjeljenja. Svi roditelji svakako nemaju mogucnosti da se angazuju na ovakav nacin. Najvaznije je da se pokaze pozitivna zainteresovanost, da se prisustvuje roditeljskim sastancima, kao i osobnim razgovorima o napretku vaseg djeteta u skoli sa uciteljima. Sve ovo zajedno daje signal da vi kao roditelji vrijednujete njegovo/njeno skolovanje.

Mozes ispricati o necemu dobrom sto se danas desilo?

**Kada ti je bilo
dosadno danas?**

**Sta si se danas
naucio/naucila?**

**Kako si nekome
danas pomogao/
pomogla?**

PRIMJERI KAKO SE ANGAZOVATI:

- Posjetite skolu u toku jednog obicnog skolskog dana tako da dobijete utisak kako jedan skolski dan izgleda, da bi lakse mogli diskutovati sa vasim djetetom. Kao roditelj imate pravo na to.
- Prisustvujte roditeljskim sastancima, druzenjima i drugim prigodama koje skola organizuje.
- Pronadji razlicite nacine da pitate "Kako je danas bilo u skoli?"
- Obratite se direktno ucitelju ukoliko imate nekih razmisljanja o necemu, tako ce te najbrze dobiti odgovor.
- Pridruzite se udruzenju roditelja skole ili se prijavite za ulogu roditelja odjeljenja.
- Rado dajte pozitivan respons skoli. Svima je potrebno cuti o tome sta se dobro radi. To takodjer pojacava povjerenje.



PODRZAVANJE SKOLOVANJA VASEG DJETETA

- Imajte puno više fokusa na uloženi rad nego na rezultat *"Sad si se mnogo fino potrudio/potrudila sa ovim"*.
- Pokazite da je okej i da se ponekad naprave neki neuspjesi. Za dijete je mnogo vazno da se nauči na koji način se treba izboriti sa neuspjesima i preprekama.
- Ne razmišljajte odmah da vaše dijete ima neke probleme kada mu je nešto tesko. Umjesto toga razmišljajte na taj način da dijete ima neke sposobnosti koje mu je potrebno više uvježbavati i da ste vi ti koji ste im najveća podrška i potpora.



Mnogi roditelji su puno aktivni tako što svoju djecu podupiru i daju im podršku u njihovim djelatnostima u toku slobodnog vremena. Takvu istu potporu i podršku djeca trebaju i u svom školovanju. Nikakvog značaja nema to kakvi ste vi učenik bili. Svaki roditelj može da daje potporu svom djetetu u toku školovanja bez obzira na to kakva lična iskustva imaju iz svoga doba.

Dobro je biti upoznat i sa tim da i u skoli se sada fokus stavlja više na samo zalaganje učenika nego na sami rezultat. Djeca također smiju i da prihvate i da nekad mogu i da ne uspiju. Najlakše se ponekad učimo iz nasih gresaka. Zbog toga je mnogo važno da ne stvaramo takvu atmosferu gdje bi nam se dijete bojalo da ne uspije. Ukoliko bi taj strah nadjačao želju za uspjehom onda bi moglo doći do toga da dijete gubi volju za pokusajima.

Naravno da postoji veza između toga koliko se trudimo i koliko nam je rezultat. Ukoliko je vama lično matematika bila teška u skoli to vam još više daje razumijevanje za vaše dijete, u slučaju da pokazuje da ne voli matematiku. To svakako ne treba da bude izgovor za vaše dijete da se ne bi trudilo. Pozitivna isčekivanja daju potporu razvoju dječijeg samopouzdanja. Balans između potpore, podsticanja, pohvala kao i s druge strane zahtjeva i instrukcija su veoma važni.

Ukoliko ste zabrinuti da vaše dijete ima neke poteškoće u učenju ili u socijalnom razvoju nipošto se ne dvoumite, stupite u kontakt sa školom. Vaše dijete u tom slučaju ima pravo da dobije različite vrste potpore i ta potpora se nudi odmah kad je potrebna i traje dokle god dijete ima potrebu za tim. U skoli osim specijalnog nastavnika se nalazi i školski kurator i psiholog kao i zdravstveni radnici koje možete kontaktirati ukoliko imate pitanja koja se odnose na vaše dijete.

Savjeti

**Ne reci: "Ja ne mogu pomoći jer sam bas los u matematici"
ili "Uh i ja sam isto mislio da je finski bio najtezi predmet u skoli"**

Radije reci:

**"Ovo ćemo mi zajedno riješiti"
ili "bas interesantno sad i ja mogu da se naucim nesto novo"**



RELACIJE IZMEDJU DRUGOVA

- Da bi se vase dijete dobro osjecalo u svom razredu moraju se SVA ostala djeca dobro osjecati. Zato je na primjer vazno da se razmislija o tome na koji nacin priredjujete proslavu rođendana vasesg djeteta.
- Upoznavajte se sa drugim roditeljima i djecom. To mnogo potpomaze da se niko ne osjeća po strani i da se niko ne izlaze mobingu u razredu.
- Razgovarajte sa vasim djetetom o drugovima i kako se ponasati tako da bude dobar drug drugoj djeci. Budite uzor vasem djetetu i time da na primjer ne kritizujete svoje radne kolege pred djecom.

Da bi vase dijete napredovalo u skoli je mnogo vazno da se djete dobro osjeća u svom razredu, da se osjeća sigurno i da ima drugova. Pocetak skolovanja uzima mnogo u obzir i da se stvara prijatna grupna atmosfera i da se uvjebavaju socijalne vjestine. Zato ne trebate da pokazujete nestrpljenje u slucaju da vase djete ne pokazuje odmah da se uci nove stvari. Kada vi kao roditelj dajete potporu vasem djetetu u skolovanju to u mnogo cemu ne ovisi o tome da li mu pomazete samo oko domacih zadataka, vec takodjer i o tome da potpomazete svoje djete da stvara pozitivne socijalne relacije. Kao roditelji mozete mnogo doprinijeti dobroj grupnoj atmosferi u skoli koje je nesto najvaznije u stvaranju uvijeta da bi vase i ostala djeca u odjeljenju dobro se osjecala u skoli. Da bi zajednistvo u razredu dobro funcionisalo sva se djeca moraju prilagoditi saradjivati i pokazivati samokontrolu.

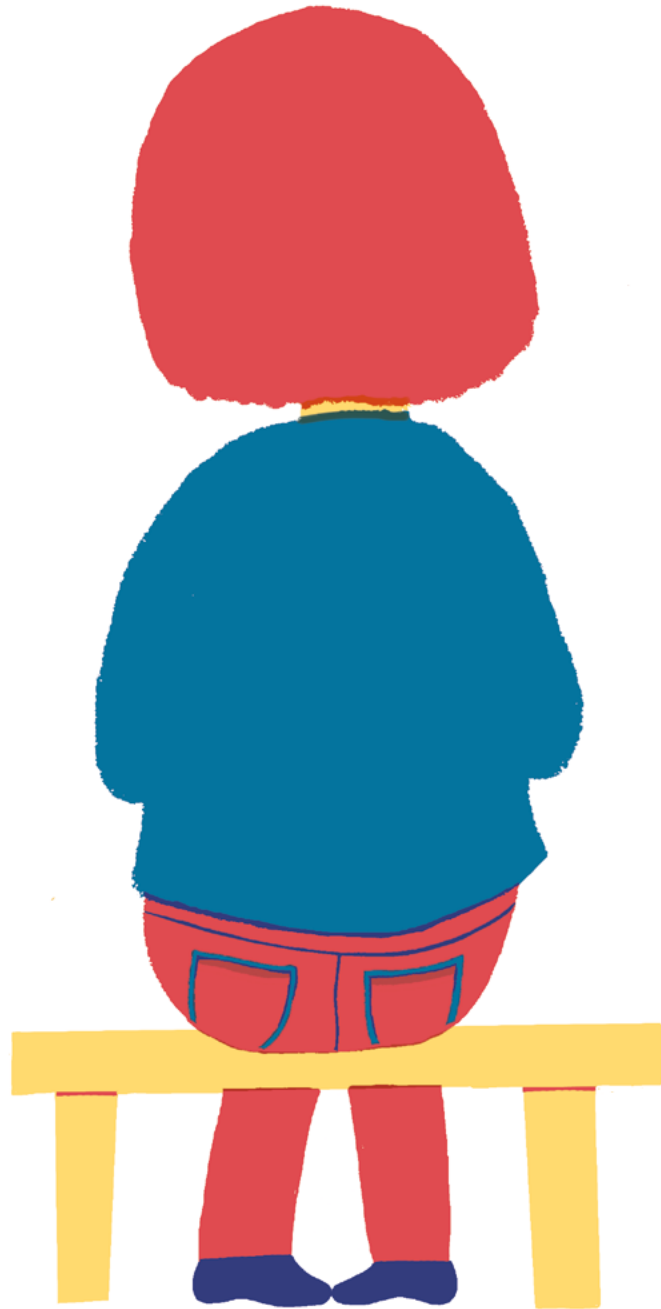


Svako dijete ima odgovornost utjecaja na to kako se drugovi u razredu osjećaju a vi kao roditelji potpomazete im u tome kako da ispoljavaju tu odgovornost. Na primjer puno je vazno svom djetetu naglasavati koliko je vazno biti ljubazan prema drugima, dozvoliti da su prisutni u igrama i redovno postavljati pitanja kako se ponasaju prema drugoj djeci. Da bi se djeca osjećala dobro u jendoj grupi i bili prihvaceni, svako dijete treba da trenira da se pridržava određenih pravila, kao na primjer da može da podnese da izgubi u nekoj igri (ili takmicenju), da dozvoli i drugoj djeci da donesu nekad odluke i da čekaju na svoj red da obavljaju neke zadatke.

U skoli ce vase dijete da dolazi u kontakt sa razlicitim drugovima i mnogo je vazno da kao roditelj ne upravljate sa kim ce vase dijete da se igra. Umjesto toga puno je bolje pozvati kuci pojedine drugove da se igraju sa vasim djetetom, a vi mozete da posmatrate kako njihova igra protice. Proslava rođendana su uvijek osjetljive teme za malu djecu i niko od njih ne zeli da bude nepozvan na proslavu. Ukoliko nemate alternativu da pozovete svu djecu iz razreda na rođendansku proslavu vaseg djeteta, preporučljivo je da budete otvoreni za neke druge mogućnosti. Možda ima jos neko dijete koje ima rođendan odprilike u isto vrijeme? Tada bi se moglo uraditi tako da se na primjer proslava organizuje kod nekoga ko ima vise prostora ili u nekom lokaluu. Najvaznije u ovom svemu je da ni jedno dijete ne riskira da bude nepozvano na ovako nesto nikada.

Djeca su razlicite individe i jedan dio djece moze iz nekih razloga da ima poteskoca da se prilagodi na rad u ucionici. Ucitelji imaju duznost cuvanja sluzbene tajne i ne smiju bez roditeljske dozvole da pricaju drugima ukoliko neka djeca imaju odredene specijalne potrebe. Ukoliko vase dijete ima neke specijalne potrebe je sasvim uredi da uz pristanak vaseg djeteta to ipsricate drugim roditeljima i djeci iz razreda. To potpomaze razumijevanje kod svijuu zasto to dijete mozda ponekad uci sa specijalnim nastavnikom, mozda ima i licnog asistenta kao i da ima ponekad druge vrste zadataka.





MOBING

- Mobing se sporadically desava u svim skolama.
- Mobing je jedan grupni fenomen.
- Efektivan nacin da se spriječi mobing je da roditelji uzmu aktivnu ulogu u tome kako se djeca osjećaju u razredu.

Mnogi roditelji se brinu da će njihovo dijete biti mobano ili da će biti ono koje moba. Mobing se sporadically desava u svim skolama, kao što se desava i na radnim mjestima. Mobing i antimobing danas izgleda drugačije nego u vrijeme vašeg školovanja. Zbog interneta i mobilnih telefona je mobing dobio nove forme i može da prati dijete i kod kuće. Znanje i svjesnost su sa druge strane se povećali i škole trebaju da intervenisu što se prije primjeti da se mobing negdje desio. Sve škole trebaju aktivno da rade na spriječavanju svakog mobinga. Jedan mnogo efektivan način za roditelje je da zauzmu jednu aktivnu ulogu i da se zalazu za dječije dobro u razredu. Kada roditelji komuniciraju međusobno, pričaju dobro o drugim roditeljima i njihovoj djeci onda je mogućnost izbijanja mobinga manja. Kao roditelji vi ste vašem djetetu najveći uzor također i u primjerima kako se tretiraju drugi ljudi. Djeca čiji roditelji se ograničavaju od mobinga vrlo rijetko mobaju druge a također se usudjuju lakše umjesati ako primjete da je neko drugi izložen mobingu.

- Mobing podrazumjeva da jedna ili više osoba redovno u toku dužeg perioda su izložene negativnim radnjama (psihickim, fizickim ili verbalnim) od jednog ili više osoba.
- Mobing se vrši vrlo rijetko od samo jedne osobe, skoro pa uvijek je umjesano više osoba.
- Mobing između djece može biti lako neprimjetan od strane odraslih.
- Djeca koja budu izložena mobingu ne pričaju uvijek o tome nekom odraslom, jer dosta puno osjećaju sram kao i da su zaslužili da ih mobaju.
- Uvijek kaontaktirajte školu ukoliko doznate da je vaše ili neko drugo dijete u razredu izloženo mobingu.
- Ne odobravajte ponasanje vašeg djeteta ukoliko saznate da vaše dijete nekoga moba, nego pomozite svom djetetu da ga odvratite od takvog ponasanja.

ZADACE



- Stvorite dobre rutine rada oko rješavanja domaćih zadataka.
- Dozvolite djetetu da samo preuzme odgovornost za svoje domaće zadatke, a vi kao roditelj budite im tu kao potpora u slučaju da im to treba.
- Kontaktirajte učitelja ukoliko smatrate da su zadaci preteške, ili uzimaju puno vremena, kao i ako izazivaju svadju kod kuće – u tom slučaju zajedno sa učiteljom možete naći neka druga rješenja koja će bolje odgovarati vašoj porodici.

U prvom razredu su djeca dosta nestrpljiva da dobiju domaće zadatke jer im je to siguran znak i potvrda da su postali školsko dijete. Domaći zadatci su dobri, jer njima se djeca uče da uzimaju odgovornost za svoj školski rad. Kroz zadace ponavljaju ono što su prošli u školi, a vama kao roditeljima daju uvid u to šta se dijete uči u školi.

Ali postoje također i takva djeca koja su na primjer od starije brace i sestara čuli da su domaći zadatci dosadni, kao što ima i takve djece koja imaju poteškoća sa učenjem i stvarno moraju puno da se trude oko domaćih zadataka.

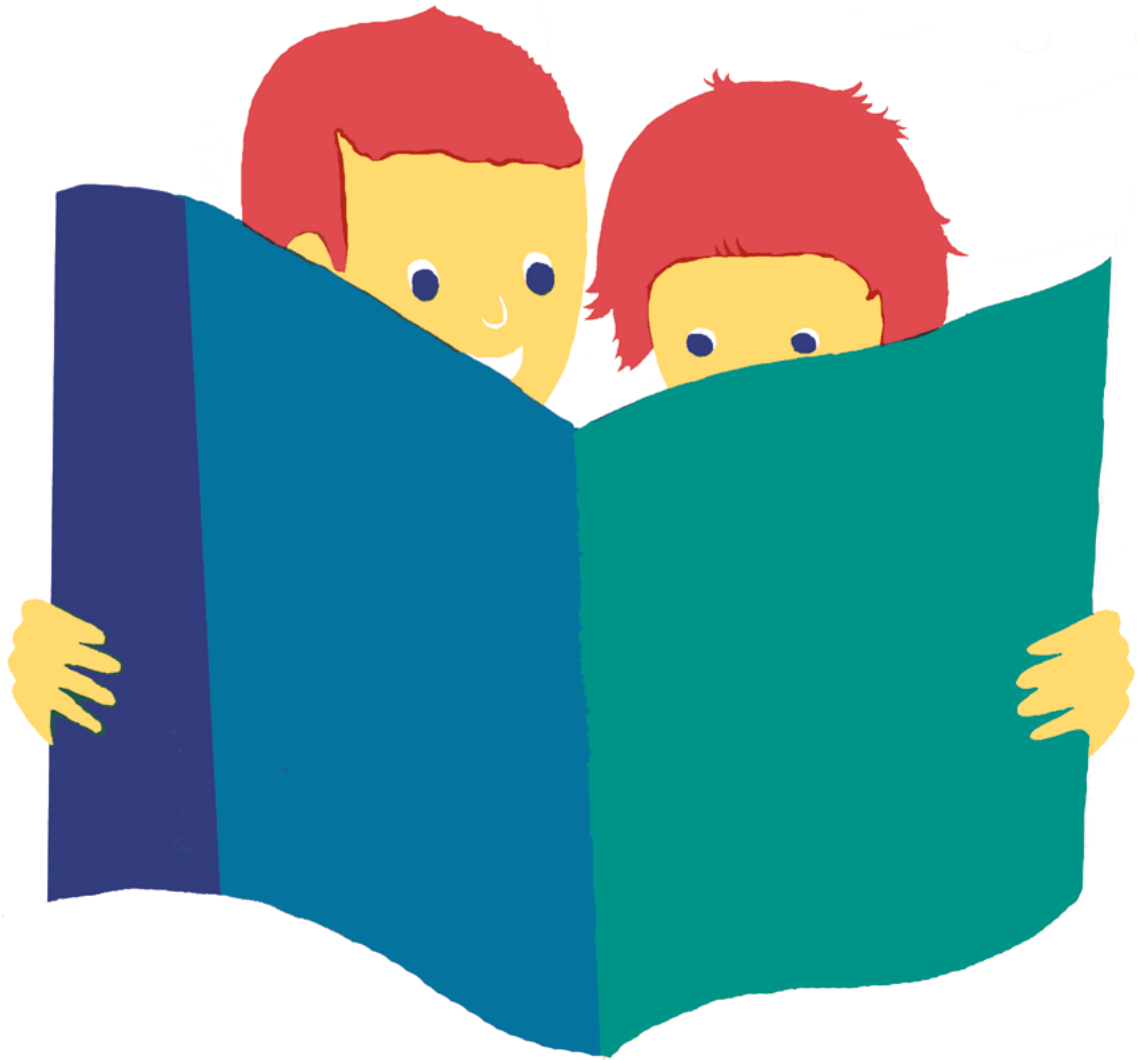
Bez obzira iz kojeg pocetnog uvjeta djeca trebaju da imaju svoje rutine oko rada domacih zadataka kod kuće. Razmislite dobro kada i gdje je najbolje za vase dijete da obavlja domace zadatke, kao i potrebe za uzinom ili nekom rekreacijom prije obavljanja zadace, sve zbog bolje koncentracije djeteta. Uvijek imajte na umu da obavljanje vise stvari istovremeno nije dobro kada su u pitanju domaci zadatci. Mnogo puta i ako vjerujemo drugacije u sustini se fakticki mozemo samo koncentrisati na jednu stvar pojedinačno.

Domaca zadaca bi trebala biti ponavljanje onoga sto se ucilo u skoli, tako da bi u principu djeca to trebala sama savladati. Kao roditelj ne trebate se osjecati da morate vi predavati, dovoljno je da pokazete zainteresovanost i da ste pri ruci kada se zadatci rade. U prvim razredima domaca zadaca se mnogo zasniva na vježbanju citanja i tu vi kao roditelj imate vaznu ulogu u tome da slusate, pomazete i ohrabrujete, posto je citanje osnova za sve drugo ucenje.

Jedno dobro pravilo je da domaci zadatci u prvom razredu ne trebaju trajati vise od 30 minuta dnevno. Ukoliko bi zadace pocele uzimati previse vremena kod kuće morate kontaktirati ucitelja. Nekih puta pojedini domaci zadatci mogu biti preteski ili da je dijete preumorno za zadacu, tada vi kao roditelji trebate se osloniti na svoju vlastitu procjenu, ostavite zadatak neuradjen i obavijestite ucitelja o razlogu. Nije ni u cijem interesu da domaci zadatak unisti motivaciju za skolu djeteta, zato je dobar dijalog sa uciteljem vrlo vazan.

Nije neobicno da djeca budu umorna od skole i ne motivisana kad vijest o polasku u skolu je prosla i kada jesenji mrak pocne pritiskati. Tada mogu biti i suze i ljutnja, knjige koje lete okolo i uvjerenost da su svi drugi bolji nego i ti sam. Tada vazi da vi kao roditelj imate strpljenja i razumijevanja i rado informisite ucitelja o tome. Razgovarajte takodjer i sa drugim roditeljima o tome kako njihova djeca dozivljavaju rad domacih zadataka. Moze se dobro osjecati i kada dobijete malo prijateljske pomoci od drugih roditelja.





CITANJE

- Dobra sposobnost citanja je osnova za učenje.
- Citajte naglas svom djetetu čak i poslije kada je dijete naučilo citati. To razvija djetetovo citanje i obim riječi.
- Citajte novine, posjetite biblioteku, diskutujte knjige i tako će te funkcionisati kao model za svoje dijete.

Jedno od najvažnijih alata za školstvo je dobro citanje. Kao roditelji možete mnogo uraditi da vašem djetetu date taj alat. Citanje ne utiče samo na znanje djeteta u maternjem jeziku i literaturi već je i ključ za sve drugo učenje. Citanje daje vašem djetetu bogat obim riječi, dobar pisani jezik i prije svega sposobnost razmišljanja i rješavanja problema.

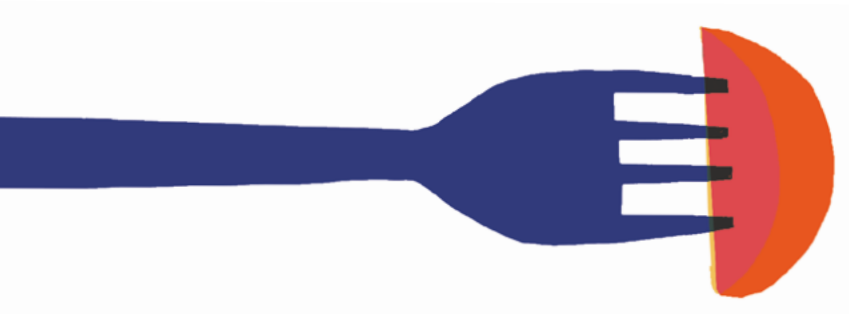
CINJENICE

- 80% obima riječi jednog čovjeka dolazi od stampnog teksta.
- Obim riječi jednog sedmogodišnjeg djeteta je odprilike 5 000 – 7 000 riječi.
- Jedan 17-godišnjak koji je citao ili slusao redovno neke tekstove ima odprilike 50 000 – 70 000 riječi u svom vokabularu.
- Jedan 17-godišnjak koji nije citao ili slusao redovno tekstove ima samo odprilike 15 000 – 17 000 riječi u svom vokabularu.

Rado citajte na glas svom djetetu svakodnevno čak i ako je dijete počelo i samo da čita. Možete se također mijenjati u citanju tako da na primjer svako čita svaku drugu stranicu ili svako svoj kapitel. Citanje naglas daje vašem djetetu više znanje riječi nego svakodnevni razgovor. Citanje naglas također daje djetetu mogućnost da razumije svoje vlastite osjećaje i osjećaje drugih, tako što će se moći identificirati sa figurama u knjigama i njihovim osjećajima.

Citajte naglas i na svom maternjem jeziku, čak i ako to nije školski jezik djeteta. Izadjite sa dobrim primjerom to jest da i sami citate da vas djeca vide. Pozivati djecu da citaju dok vi sami i ne dirate knjigu daje duplu poruku.

Citanje naglas dakle ne treba prestati i ako djeca znaju citati. Citanje naglas odgovara svim starosnim dobima a kroz takvo citanje djeca pridobiju literaturu koju još uvijek ne mogu sami savladati.



ZDRAVE NAVIKE PODSTICU SKOLSTVO





SPAVANJE

Da bi dijete imalo snage sa skolovanjem potrebno mu je mnogo sna. Spavanje takodjer utice na učenje djeteta. Djeca u nizoj osnovnoj skoli od 1-6 razreda trebaju spavati 10 sati u toku noci. Potreba za spavanjem je individualna, ali to je jedno dobro pravilo. Plavo svjetlo na mobilnim telefonima i tabletima negativno djeluje na kvalitet spavanja, zato je dobro na vrijeme odloziti telefone prije lijeganja.

KRETANJE

Da bi se jedno dijete osjecalo dobro potrebno je da se kreće tri sata dnevno od cega najmanje jedan sat treba biti u punoj fizickoj aktivnosti (na primjer trcati, skijati, penjati se ili plivati). Ni djeca ni odrasli nebi trebali sjediti mirno vise od 60 minuta. Poslije toga treba ustati i kretati se jedan trenutak. U mnogim skolama se odustalo od tradicionalnih skolskih klupa i djeca mogu stojati ili lezati na podu dok rade. Variranje u radnim pozolajima i fizicka aktivnost potpomazu proces učenja, koncentraciju i pamćenje. Razvijaju takodjer motoriku i sprecavaju bolesti.

HRANA

Da bi djeca izdržala u skoli potrebno im je dovoljno energije. Dorucak je vazan ali koliko djeca zele jesti ujutro je individualno. Hrana u skoli u Finskoj po pravilima drzi dobar standard i prvi razredi obicavaju rado da je jedu. Stariji ucenici budu ponekad vise kriticka prema skolskoj hrani, ali kao roditelj je vazno da ih ne treba podrzavati u zargonu na primjer gumeni krompir. Dobro je da djeca nauce da postuju hranu koju dobajaju besplatno u skoli. Ukoliko se dijete zali da je gladno poslje podne moze biti dobro da ponese sa sobom neko voce za uzinu.

**OVAJ MATERIJAL JE
ZAMISLJEN ZA VAS KOJI
IMATE DIJETE KOJE
POCINJE U SKOLU.**

Mnogo je faktora koji uticu na djetetovo skolstvo. Kada vi kao roditelji pokazete pozitivnu zainteresovanost mozete uticati na to kako ce se vase dijete osjecati i uciti u skoli.

**KADA POSTOJI DOBRA RELACIJA
IZMEDJU KUCE I SKOLE I RODITELJ
PODRZAVA SVOJE DIJETE TO
DOBIVA SLJEDECE POZITIVNO
DEJSTVO NA DIJETE:**

- Bolje ucenje i prestiranje.
- Dijete se bolje osjeca.
- Bolja relacija izmedju ucenika i nastavnika.
- Bolja socijalna spremnost.