



**Poradnik dla Rodziców**  
Jak zadbać o udany rok szkolny w  
Szkołe Podstawowej St. Lantbert

**Drodzy Rodzice!**

Rozpoczął się nowy rok szkolny. Jako rodzice macie decydujący wpływ na szkolny rozwój swojego dziecka.

W związku z tym, chcielibyśmy podzielić się z wami kilkoma **radami gwarantującymi waszemu dziecku udany dzień szkolny.**

**Droga do Szkoły**

Jeżeli to tylko możliwe, pozwólcie swojemu dziecku **iść pieszo** do szkoły. Z pewnością w sąsiedztwie mieszkają inne dzieci, które pokonują tę samą trasę do szkoły; zatem wasze dziecko nie będzie musiało iść samo.

Istotne jest abyście na początku roku szkolnego wybrali, i razem z dzieckiem przeszli, najbezpieczniejszą drogę do szkoły zwracając uwagę na niebezpieczne miejsca. W ten sposób wasze dziecko nauczy się poprawnych zachowań w ruchu ulicznym i będzie dumne, że potrafi samodzielnie pokonać drogę do szkoły.

Jeżeli jednak któregoś dnia podwieziecie dziecko samochodem, prosimy pożegnajcie się jeszcze **przed** budynkiem szkolnym.

**W przypadku choroby**

W przypadku choroby dziecka prosimy **przed godziną 8** telefonicznie poinformować szkołę!

**Rozpoczęcie dnia**

Budynek szkolny jest otwarty od godziny **7:30**. Wasze dziecko może w tym czasie przebywać w auli szkolnej. Nauczyciele klasowi od godziny **7:45** są w salach lekcyjnych. W trakcie „kwadransu przed-lekcyjnego” załatwiane są kwestie organizacyjne, np. oddanie zadań domowych, przygotowanie sali. Spotkania z rówieśnikami są również istotne. Aby dzień zajęć mógł zacząć się spokojnie, wysyłajcie dzieci **punktualnie** do szkoły.

**Przybory szkolne**

Zadbajcie o to, żeby wasze dzieci miały **wszystkie** niezbędne materiały szkolne i aby były one **w dobrym stanie**, dzięki temu wasze pociechy będą mogły aktywnie brać udział w zajęciach. Wszystkie przybory podpiszcie imieniem dziecka. Wraz z dzieckiem regularnie (przynajmniej raz w tygodniu) sprawdzajcie zawartość tornistra i uzupełniajcie, w miarę potrzeby, brakujące przybory (np. klej). Codziennie sprawdzajcie **dzienniczek ucznia** waszego dziecka i w terminie dostarczajcie **listy rodzicielskie i prace kontrolne.**

**Drugie śniadanie**

Urozmaicone i zdrowe pożywienie dostarcza waszemu dziecku niezbędnej w trakcie dnia szkolnego energii. **Śniadanie** przed rozpoczęciem zajęć jest niezbędne dla efektywnego rozpoczęcia dnia szkolnego. **Zdrowe drugie śniadanie** (chleb pełnoziarnisty, warzywa i owoce) i wystarczająca ilość **napojów** (woda, rozcieńczone soki) pomogą waszemu dziecku w

koncentrowaniu i angażowaniu się w czasie lekcji. **Słodycze, kofeina i napoje zawierające cukier (cola, spezi, mrożona herbata) nie są wskazane.**

### **Korzystanie z toalety**

Porozmawiajcie prosimy ze swoim dzieckiem o tym jak należy odpowiedzialnie korzystać z toalety (**utrzymywanie w czystości, mycie rąk**, papier toaletowy i **dyspenser papieru** nie służą do zabawy).

### **Odzież**

Zwróćcie uwagę na **praktyczną** odzież i buty, które wasze dziecko jest w stanie samodzielnie ubrać i zdjąć. Dotyczy to również **stroju sportowego**. **Biżuteria** musi być zdjęta przed zajęciami sportowymi. Czysta odzież i higieniczny wygląd wspierają poczucie własnej wartości dziecka.

### **Zadania domowe**

Okazcie zainteresowanie doświadczeniami szkolnymi waszego dziecka i rozmawiajcie z nim o szkole. Wasze dziecko powinno **samodzielnie** i o ustalonej porze rozwiązywać zadania domowe, korzystając ze spokojnego i uporządkowanego miejsca do pracy. Sprawdźcie czy zadanie zostało w pełni rozwiązane.

Poprzez **systematyczną naukę** w domu wasze dziecko nabierze pewności siebie. Nie obciążajcie jednak nadmiernie dziecka i nie interweniujcie w materiał szkolny. Jeżeli oceny nie odpowiadają waszym oczekiwaniom **reagujcie spokojnie**. **Rzeczowa rozmowa** z dzieckiem ma zdecydowanie lepszy skutek niż krytyka czy kara.

### **Czas wolny**

Dla zrównoważenia zmęczenia pracą umysłową wasze dziecko potrzebuje po południu wystarczającą ilość ruchu – najlepiej na świeżym powietrzu! **Oglądanie telewizji, gry komputerowe i internet** powinny być ograniczone do maksymalnie 30 minut dziennie. Zwracajcie uwagę na **ograniczenia wiekowe** programów telewizyjnych. Dbajcie aby wasze dziecko szło odpowiednio wcześnie spać i mogło każdego ranka zaczynać naukę w dobrej kondycji. Dzieci w wieku szkoły podstawowej **potrzebują od 10 do 12 godzin snu!**

W wypadku **pytań** lub **wątpliwości** prosimy bez wahania kontaktować się z **nauczycielem** dziecka czy też z naszym pracownikiem socjalny, która was wesprze w sytuacjach konfliktowych i doradzi w kwestiach wychowawczych.

**Nasze szkolne motto brzmi:**  
**„Troszczymy się”**

Wspólnie ciągnijmy wózek w tą samą stronę.

