

KLASY V - VII

POROZUMIENIE RODZICÓW

**MATERIAŁY
UZUPEŁNIAJĄCE**



Heimili og skóli

Landssamtök foreldra

1 PRZESTRZEGAMY OKREŚLONYCH PRAWEM GODZIN, W JAKICH DZIECI MOGĄ PRZEBYWAĆ NA DWORZE I DBAMY O ODPOWIEDNIĄ ILOŚĆ SNU.

- Zgodnie z 92. art. prawa o ochronie dzieci, dzieci w wieku poniżej 12 lat nie mogą przebywać na dworze po godzinie 20:00, chyba że są w towarzystwie osób dorosłych. W okresie od 1 maja do 1 września czas, kiedy dzieci mogą przebywać na dworze wydłuża się o 2 godziny.
- Zgodnie z art. 94 tego samego prawa, rodzice zobowiązani są do dbania o to, by dzieci przestrzegały godzin, w jakich mogą przebywać poza domem.
- Dzieci potrzebują wystarczającej ilości snu, by mogły zmierzyć się z codziennymi zadaniami. Rodzice mają zadbać o to, by dzieci przychodziły do szkoły wypoczęte. Przedłużający się brak snu, może prowadzić do depresji, zaburzeń koncentracji, gorszych wyników w nauce, opóźnienia reakcji i mniejszej wytrzymałości. Przyjmuje się, że dzieci w wieku 10 do 12 lat potrzebują ok. 9 godzin snu.

3 ROZMAWIAMY Z DZIECKIEM NA TEMAT NAUKI I DNIA W SZKOLE. SŁUŻYMY MU WSPARCIEM I ZAPEWNIAMY DOBRE WARUNKI DO NAUKI W DOMU.

- Głównym zadaniem rodziców jest wzbudzanie i podtrzymywanie u dziecka zainteresowania nauką. Istnieje silny związek pomiędzy osiągnięciami szkolnymi dzieci a wsparciem ze strony rodziców.
- Rozmawiając z dzieckiem o tym, jak minął mu dzień w szkole i okazując zainteresowanie jego szkolnymi zajęciami przekazujemy mu pozytywną informację dotyczącą znaczenia nauki.
- Rodzice powinni na bieżąco obserwować postępy dziecka w nauce by w razie potrzeby móc interweniować i skontaktować się z nauczycielami.

2 BIERZEMY UDZIAŁ W ZAJĘCIACH SZKOLNYCH, SPORTOWYCH I HOBBY-STYCZNYCH NASZYCH DZIECI I UDZIELAMY SIĘ W GRUPIE RODZICÓW.

- Współpraca między rodzicami ma pozytywny wpływ na działalność szkoły. Prowadzi do lepszego samopoczucia uczniów, wspiera ich rozwój i pomaga osiągać lepsze wyniki w nauce
- Nauczenie dzieci odpowiedzialności za własną naukę jest bardzo ważne. Istotne jest też by rodzice byli świadomi własnej roli i odpowiedzialności w procesie edukacji dzieci. Badania pokazują, że zainteresowanie nauką ulega zmianie w chwili, gdy uczniowie przechodzą z najmłodszej grupy szkolnej do grupy średniej. W wieku ok. 12 lat chęć nauki zaczyna się zmniejszać, również u uczniów zdolnych.

4 ZWRACAMY UWAGĘ NA PRZEMOC / BULLYING I INFORMUJEMY SZKOŁĘ I/LUB RODZICÓW, JEŚLI PODEJRZEMY, ŻE DZIECKO JEST OFIARĄ LUB SPRAWCĄ PRZEMOCY.

- Przemoc / bullying może przybierać różne formy, od powtarzającego się dokuczania i przemocy fizycznej, po towarzyskie wykluczenie.
- Dzieci mają prawo do dobrego samopoczucia w szkole i bezpieczeństwa w drodze do i ze szkoły.
- Ważne jest by rodzice aktywnie słuchali, wierzyli dziecku i stali po jego stronie. Rodzice muszą także pomagać dziecku w zdobyciu wiary we własne możliwości i przekonania, że zaistniałą sytuację można naprawić.
- W przypadku podejrzenia bullingu zaleca się natychmiastowy kontakt z nauczycielem dziecka. Należy też zwrócić się do szkoły z prośbą o pomoc w rozwiązaniu problemu.
- Więcej o bullingu na stronach: heimiliogskoli.is, saft.is, olweus.is oraz gegneinelti.is.

5 ZNAMY PRZYJACIÓŁ I KOLEGÓW SZKOLNYCH NASZEGO DZIECKA I JESTEŚMY W KONTAKCIE Z ICH RODZICAMI.

- Wspólne spędzanie czasu z rodzicami prowadzi do zdrowszego trybu życia dzieci i młodzieży. Istotne jest budowanie bliskich relacji od razu i podtrzymywanie ich do wieku dorosłego.
- Dzieci, które pozostają w bliskich stosunkach z rodzicami, czują się lepiej i łatwiej jest im przeciwstawiać się negatywnym wpływom rówieśników.
- Bardzo ważne jest by rodzice poznali przyjaciół i kolegów swoich dzieci. Równie istotne jest by znać także ich rodziców, by w razie potrzeby móc się z nimi skonsultować lub omówić sprawy dotyczące dzieci.

7 TWORZYMY DOBRĄ ATMOSFERĘ W KLASIE M. IN. POPRZED UDZIAŁ W DZIAŁALNOŚCI KLASOWEJ RODZICÓW I DBANIE O JEDNAKOWE TRAKTOWANIE WSZYSTKICH NP. W PRZYPADKU ZAPROSZEŃ NA URODZINY.

- Imprezy klasowe pomagają rodzicom w zapoznaniu się między sobą, dziećmi i z nauczycielem wychowawcą. Dają również rodzicom okazję do obserwowania relacji dzieci z kolegami z klasy.
- Rolą przedstawicieli klasowych jest wspieranie szerszej współpracy między rodzicami, uczniami i nauczycielami. Organizują oni działalność klasową, ale ważne jest by wszyscy rodzice brali w niej aktywny udział.
- Pilnujemy by nikt nie został wykluczony w działalności klasowej ani podczas organizowanych urodzin dzieci.
- Dobrze jest ustalić na początku roku szkolnego zasady zaproszeń na urodziny i maksymalną wartość prezentów.

6 KSZTAŁCIMY U DZIECKA WIARĘ W WŁASNE MOŻLIWOŚCI I SZACUNEK DO SAMEGO SIEBIE. UCZYMY JE TAKŻE OKAZYWANIA INNYM DZIECIOM I PRACOWNIKOM SZKOŁY ZROZUMIENIA I SZACUNKU.

- **Poprzez pochwałę i zachętę wspomagamy u dziecka wiarę w siebie samego i w swoje możliwości, co pomoże mu w przyswojeniu sobie pozytywnego sposobu myślenia i będzie je motywować.**
- Rodzice odgrywają dużą rolę w kształceniu u dzieci stosunku do edukacji i pracowników szkoły. Dlatego też ważne jest by rodzice w obecności dzieci wyrażali się pozytywnie na temat nauczycieli, szkoły i wszystkich jej pracowników.
- Ważne jest by dzieci przychodziły do szkoły punktualnie.
- Obustronny szacunek i zaufanie pełnią kluczową rolę w dobrym samopoczuciu uczniów i pracowników szkoły. Zadoleni nauczyciele i uczniowie pracują efektywniej i przyczyniają się do sukcesu w pracy szkoły.

8 DBAMY O TO BY DOSTĘPNE W DOMU FILMY, GRY KOMPUTEROWE I MATERIAŁY BYŁY DOSTOSOWANE DO WIEKU I STOPNIA ROZWOJU DZIECI.

- Zgodnie z 94. art. prawa o ochronie dzieci, rodzice i opiekunowie zobowiązani są do chronienia dzieci przed materiałami zawierającymi przemoc lub pornografię lub innymi podobnymi materiałami, między innymi poprzez ograniczenie do nich dostępu.
- Rodzice zobowiązani są do rozmowy z dzieckiem na temat korzystania z tego typu materiałów, wyjaśnienia zasad granic wiekowych i ustanowienia jasnych reguł.
- Zachęcamy rodziców do zapoznania się z 10 przykazaniami internetowymi SAFT, jest to projekt Domu i Szkoły, dotyczący bezpieczeństwa internetowego (saft.is). Można tam między innymi znaleźć przycisk zgłoszenia a także zasady ograniczeń wiekowych.

9 POU CZAMY DZIECKO W KWESTIACH ZWIĄZANYCH Z KORZYSTANIEM Z NP. TELEFONÓW KOMÓRKOWYCH, SMARTFONÓW, TABLETÓW I INTERNETU I USTALAMY REGUŁY DOTYCZĄCE KORZYSTANIA Z NICH.

- Nowości techniczne wymagają od rodziców zastanowienia się nad tym, w jaki sposób można je najlepiej wykorzystać.
- Należy ustalić zasady dotyczące korzystania z nich. Konieczne jest też uczenie dzieci, że w internetowych kontaktach z innymi obowiązują te same zasady jak w kontaktach osobistych (patrz saft.is).
- Ważne jest uczulenie dzieci na ostrożne obchodzenie się z danymi osobowymi na Internecie.
- Można skorzystać z 5 przykazań internetowych SAFT rozmawiając z dzieckiem na temat kontaktów z innymi:
 1. Wszystko co robisz przez Internet pokazuje jaką osobą jesteś.
 2. Traktuj innych jak siebie samego.
 3. Nie bierz nigdy udziału w czymś, czego nie znasz.
 4. Pamiętaj, że treści, które udostępniasz przez Internet są dla wszystkich zawsze dostępne.
 5. Ponosisz odpowiedzialność za to, co mówisz lub robisz w Internecie.

10 WYZNACZAMY GRANICE W CZASIE SPĘDZANYM PRZED EKRANEM KOMPUTERA, TELEWIZORA I SMARTFONÓW.

- Rodzice powinni zwracać uwagę na ilość czasu spędzanego przed ekranem. Zabiera on bowiem czas przeznaczony na inne czynności np. naukę, zabawę na dworze czy kontakty z innymi.
- Ważne jest by dzieci nie korzystały z tego typu urządzeń zaraz przed udaniem się na spoczynek, gdyż zwiększa to prawdopodobieństwo wystąpienia zaburzeń snu.

11 UCZYMY DZIECKO TOLERANCJI BY ROZUMIAŁO, ŻE WSZYSCY JESTEŚMY RÓŻNI, ALE MAMY TE SAME PRAWA.

- Nie ma dwóch takich samych osób i ważne jest by uczyć dziecko szanowania różnych poglądów, wyglądu lub zwyczajów.
- Rozmowy w domu uczą dziecko stawiania się w czyjejś sytuacji, zrozumienia i tolerancji.
- Dla każdego dziecka pierwszym i najważniejszym wzorem do naśladowania jest rodzic. Jego stosunek względem tych, którzy są w jakiś sposób odmienni ma bardzo duże znaczenie w kształtowaniu postawy dziecka.