

## КАК ОРГАНИЗОВАТЬ МЕСТО ШКОЛЬНИКА: СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ

Многие современные родители могут не согласиться с тем, что у ребенка дома должно быть рабочее место, чтобы за ним он четко выполнял учебные дела, приучаясь таким образом к дисциплине.

Увы, но это мнение родителями XXI века воспринимается, как отголосок советской эпохи. Поэтому мамы и папы позволяют своим чадам выполнять домашние задания в том положении и месте, где они сами захотят. Однако давайте не будем забывать о том, что лежащее положение или сидение на неправильном стуле могут отразиться весьма негативно на здоровье ребенка. Если вас волнует, чтобы ваше чадо выросло здоровым и красивым, сделайте все возможное, чтобы организовать место школьника правильно.



### Чем еще полезно грамотно оборудованное место школьника в квартире:

- ребенок с интересом выполняет свои учебные обязанности, особенно в том случае, если родители подошли к выбору дизайна рабочего места школьника современно и со вкусом;
- качество выполнения домашней работы по учебе в несколько раз возрастает;
- ребенок приучается к чистоте, порядку и дисциплине.

### О чем должны помнить мамы и папы, которые находятся в поиске идеи, как обустроить место для школьника:

Место, где ребенок будет делать уроки, должно быть максимально изолировано от внешних звуков, которые будут его только отвлекать и сбивать с толку.





Это должна быть отдельная закрывающаяся плотно дверью комната.

В этом помещении должно быть очень хорошее многостороннее освещение. Недостаточно одного источника света на рабочем месте школьника, потому что у него по этой причине могут возникнуть серьезные проблемы со зрением.

Комната, в которой ребенок будет заниматься учебной деятельностью, должна хорошо вентилироваться, чтобы школьник мог дышать чистым воздухом, а не пылью, которая накапливается за целый день в плохо вентилируемом помещении.

За рабочим местом ребенка должно быть много разных полок и шкафов, чтобы он мог в любую минуту иметь доступ к нужным ему учебникам и канцелярским принадлежностям.

В комнате, где нужно делать уроки, ребенку должно быть уютно. Атмосфера в таком помещении должна располагать к учебе, а не отбивать всякое желание выполнять домашнее задание.

**Теперь подробно разберемся в главных аспектах,  
как организовать рабочее пространство для своего ребенка:**

Место, где школьник будет учиться, должно быть оформлено в приятных тонах. Психологи утверждают, что умственную деятельность лучше всего стимулируют оттенки желтого и зеленого.

Если у вас сын, то позаботьтесь о том, чтоб рабочее место очень хорошо освещалось. В противном случае, мальчик будет слишком быстро терять интерес к занятиям и переключать свое внимание на бесполезные вещи. Если у вас дочка, то в этом случае позаботьтесь о том, чтоб все предметы мебели и вещи в рабочем месте были тактильно приятными.

Отделите рабочую зону от игровой в детской комнате небольшой ширмой, если у вашего ребенка есть отдельное помещение, в котором он живет. Это позволит ему не отвлекаться во время уроков на свои игрушки, но в то же время,





не будет психологически на него давить.

**Подберите правильное место для того, чтобы расположить рабочий стол в комнате ребенка, чтобы он не чувствовал психологического дискомфорта:**

- нельзя ставить стол у дверей так, чтобы малыш смотрел на них или сидел по отношению к ним спиной;
- нельзя ставить его и под двухъярусную кровать, потому что, кроме дискомфорта ребенку, вы еще доставите много неудобства и себе, когда попытаетесь помочь своему ребёнку сделать уроки;
- не ставьте стол по центру детской комнаты, потому что ребенку будет казаться, что за ним все время пристально следят;
- не стоит ставить стол неподалеку от телевизора, который будет только отвлекать ваше чадо от выполнения уроков;
- поставьте стол так, чтобы за спиной школьника была стена, и чтобы он мог видеть сразу же человека, который входит в его комнату;
- лучше всего сделать так, чтобы располагалось рабочее место школьника у окна, но оно должно обязательно зашториваться.



**Выбирайте такой стол, чтобы он соответствовал физиологическим параметрам вашего ребенка:**

- ✓ глубина пространства под столом должна составлять не менее 45 см, а ширина – 50 см;
- ✓ ширина столешницы рабочего стола не должна быть менее 125 см, и желательно, она должна быть выполнена из натурального, экологически чистого материала (учтите, что на стол должен поместиться компьютер и полка с книгами – для этого можно приобрести специальные подставки, которые сэкономят пространство на рабочем столе);





- ✓ край столешницы должен упираться ребенку в грудь, школьнику должно быть удобно ставить локти на стол.
- ✓ желательно, чтобы в столе были встроены специальные выдвижные ящики, куда школьник сможет складывать свои канцелярские принадлежности;
- ✓ если стол для вашего ребенка слишком высокий, купите специальную подставку для ног, чтобы они упирались в нее (это очень важно, чтобы не было проблем с позвоночником).

**Выберите для своего школьника качественный стул или кресло:**

- ✓ на сидении ребенку должно быть удобно и мягко (если на нем твердая сидуха, используйте дополнительную подушку);
- ✓ лучше всего, если кресло будет ортопедическим и устойчивым;
- ✓ спинка кресла или стула должна быть ровной, чтобы ребенок мог на нее свободно облакачиваться;
- ✓ следите за тем, чтобы сиденье было изготовлено из высококачественного натурального материала.
- ✓ Стол и стул по высоте должны соответствовать друг другу.

**Особое внимание уделите качеству освещения**

**рабочего места ребенка:**

Свет должен быть очень естественным, поэтому необходимо выбирать не энергосберегающие лампы с желтым светом. Галогеновые и люминесцентные для этого не подойдут.

Кроме освещения на рабочем столе, должно быть еще и общее освещение, которое должно обеспечиваться люстрой.

Настольная лампа должна иметь максимально простую и безопасную конструкцию. Однако выбирайте такую модель, благодаря которой можно было бы менять угол освещения.





## Рабочее место для школьника: необычные идеи

Все вышеперечисленные рекомендации по организации рабочего пространства для ребенка подойдут людям, у которых есть возможность оборудовать отдельную комнату. Тем, у кого такой возможности нет, мы хотим предложить несколько необычных идей, как организовать рабочее место для школьника в экономном режиме:

- ✚ все необходимое для учебы ребенка можно установить на балконе, только его заблаговременно нужно будет утеплить и отремонтировать, чтобы малышу было уютно;
- ✚ если вам нужно оборудовать рабочее место для двух школьников, то трансформируйте свой подоконник, потому что одного стола, даже если вы будете использовать разделительную нишу, вам не хватит, чтобы комфортно было сразу двум ученикам;
- ✚ если у вас малогабаритная квартира, то есть смысл купить откидной стол, который ребенок сможет использовать только тогда, когда он сядет выполнять домашнее задание.

**Главное правило:** своё учебное место школьник должен создать сам. Выбирайте вместе с ним, советуйте, как сделать лучше и удобнее, но не решайте за ребёнка. Учитывайте его интересы и возраст. Тогда он будет садиться за учёбу с позитивными эмоциями, а это залог качественных знаний.

Четко соблюдайте лишь параметры и технические характеристики мебели, потому что эти факторы напрямую влияют на здоровье вашего чада.

**Правильно организованное учебное место школьника сохранит здоровье, поможет в занятиях и прослужит долгое время.**

Важно создать место, за которым ребёнок будет хотеть заниматься. Оно поможет приучить к самостоятельности и аккуратности и станет личным уголком для умственных и творческих решений.

