



# ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

1

? ЧТО ДОЛЖЕН ЗНАТЬ  
И УМЕТЬ ПЕРВОКЛАССНИК.



1

- Уметь общаться со сверстниками и взрослыми.
- Знать основные правила поведения.
- Уметь слушать и понимать речь взрослого.

2

- Уметь отвечать на вопросы и коротко рассказывать о себе:
- имя, фамилия;
  - домашний адрес;
  - имена членов семьи;
  - что любит делать;
  - во что любит играть.

3

- Уметь выполнять простые устные задания взрослого.

! В школе ваш ребенок научится читать, писать, считать, рассуждать, рассказывать. Ему может быть сложно, особенно в первые месяцы, поэтому ребенку очень нужны ваши поддержка и понимание!

# ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

10

Министерство образования и науки  
 Российской Федерации

## У РОДИТЕЛЕЙ ЕСТЬ ОБЯЗАННОСТИ:

- обеспечивать получение их детьми общего образования;
- соблюдать правила внутреннего распорядка школы, требования локальных нормативных актов, которые устанавливают режим занятий обучающихся;
- соблюдать порядок регламентации образовательных отношений между образовательной организацией, обучающимися и их родителями;
- уважать честь и достоинство обучающихся и работников образовательной организации.

## У РОДИТЕЛЕЙ ЕСТЬ ПРАВА:

- на выбор школы, языка, языков образования;
- преобладающее право на обучение и воспитание детей перед всеми другими лицами;
- на ознакомление с локальными нормативными актами школы, образовательными программами, методиками обучения и воспитания, образовательными технологиями, оценками успеваемости своих детей;
- на получение информации о всех видах планируемых обследований обучающихся, давать согласие на проведение таких обследований или участие в таких обследованиях, отказываться и получать информацию о результатах обследований;
- на согласие или несогласие предоставить персональные данные для обработки (свои и ребенка);
- на добровольное согласие или отказ участвовать в привлечении дополнительных средств на нужды школы ( сбор пожертвований, целевых взносов).



# ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

?

КАКИМ ДОЛЖНО БЫТЬ  
УТРО ПЕРВОКЛАССНИКА.



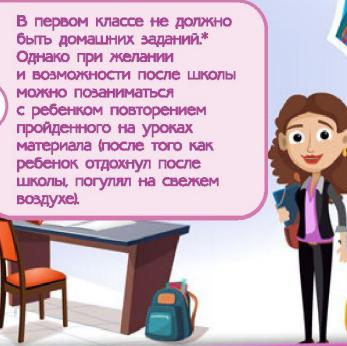
?

НУЖНО ЛИ ДЕЛАТЬ  
ДОМАШНИЕ ЗАДАНИЯ.

1. Разбудите ребенка спокойно, ласковыми словами.
2. Не торопите ребенка. У него должно быть время без спешки встать, умыться, позавтракать и одеться.

В первом классе не должно быть домашних заданий.\* Однако при желании и возможности после школы можно заниматься с ребенком повторением пройденного на уроках материала (после того как ребенок отдохнул после школы, погулял на свежем воздухе).

2



!

Помните, что в первом классе оценок нет – учитель может использовать положительные отметки (не оценки) в качестве похвалы за хорошо выполненное задание.

2

# ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

?

ЧТО ПОЛОЖИТЬ В ПОРТФЕЛЬ  
(РЮКЗАК) ПЕРВОКЛАССНИКУ.



1

Вместе с ребенком проверьте, все ли нужные для учебы вещи есть в портфеле (рюкзаке): пенал, дневник, обложки, ручки, карандаши, линейка, альбом, краски, кисточки, учебники (если уже выдали в школе).

2

Комплект учебников в школе должен выдаваться бесплатно. Это указано в Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации» и в федеральных государственных образовательных стандартах общего образования.

3

Собирать портфель (рюкзак) лучше накануне вечером, чтобы не забыть необходимые вещи.

!

Не запрещайте ребенку брать с собой в школу игрушки, но проследите, чтобы его портфель (рюкзак) не был перегружен.



# ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

?

КАК ПРАВИЛЬНО ВЫБРАТЬ  
ПОРТФЕЛЬ (РЮКЗАК) ДЛЯ  
ПЕРВОКЛАССНИКА.

1

Пустой школьный портфель (рюкзак) для ученика начальных классов не должен весить более 600–700 граммов.

4

# ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

?

КАК НАУЧИТЬ  
ПЕРВОКЛАССНИКА СОБЛЮДАТЬ  
РАСПОРЯДОК ДНЯ.

1

Купите оxfordную бумагу, яркие маркеры или фломастеры и вместе с ребенком составьте Распорядок дня.

2

Распорядок дня поможет ребенку приспособиться к новым условиям жизни, а вам – избежать детских слез.

Занятия в 1-м классе проводятся только в первую смену по пятидневной рабочей неделе.\* Каждая школа имеет право устанавливать свое расписание занятий. Но основные требования к общему распорядку дня должны соблюдаться.

2



!

Портфель (рюкзак) первоклассника с комплектом учебников и письменными принадлежностями не должен весить больше 1,5 кг (требования СанПин).

?

ИДЕАЛЬНЫЙ  
ПОРТФЕЛЬ (РЮКЗАК)

- Широкий портфель (рюкзак) – не больше широких плеч
- Высота – не выше плеч, или – не выше бедер
- Свето-отражающие элементы
- Многорядное карманное
- Мягкие подушки с воздухом

2



?

ПАКЕТ ДОЛЖЕН ВСЕГДА БЫТЬ  
15% ОТ ВЕСА РЮКЗАКА

- Регулируемые широкие и мягкие лямки
- Оборудован дополнительными ремнями
- Спины на коленях от лямок
- Покрытие и окантовка в руках
- Невероятная сплюснувшаяся поясница, трудности с подъемом по лестнице
- Мягкие подушки на спине

?

ЧАСТИЕ  
ОШИБКИ

- Покупка слишком большого портфеля (рюкзака)
- Неправильное положение
- Перегрузка портфеля (рюкзака)
- Неправильное распределение веса

ПРИМЕР РАСПОРЯДКА ДНЯ НА УЧЕБНЫЙ ДЕНЬ

- Вставай с кровати в 6 ч 00 мин., чтобы работать с зарядом. Высыпайся в 6 ч 30–6 ч 45 мин. за 1–1,5 часа до начала занятий
- Учебные занятия в начальной школе: 8:00–11:30
- Завтрак: 10–10:30 мин.
- Работа: 10:30–12:00 мин.
- Работа: 12:00–14:00 час.
- Обед: 14:00–15:00 мин.
- Работа: 15:00–15:30 мин.
- Ужин: 15:30–16:00 мин.
- Домашнее задание: 16:00–16:30 мин.
- Уход из школы: 16:30–17:00 мин.
- Сон: 17:00–20:00 мин.
- Уход из школы: 20:00–20:30 мин.
- Сон: 20:30–21:00 мин.
- Уход из школы: 21:00–21:30 мин.
- Уход из школы: 21:30–22:00 мин.
- Уход из школы: 22:00–22:30 мин.
- Уход из школы: 22:30–23:00 мин.
- Уход из школы: 23:00–23:30 мин.
- Уход из школы: 23:30–24:00 мин.
- Уход из школы: 24:00–24:30 мин.
- Уход из школы: 24:30–25:00 мин.
- Уход из школы: 25:00–25:30 мин.
- Уход из школы: 25:30–26:00 мин.
- Уход из школы: 26:00–26:30 мин.
- Уход из школы: 26:30–27:00 мин.
- Уход из школы: 27:00–27:30 мин.
- Уход из школы: 27:30–28:00 мин.
- Уход из школы: 28:00–28:30 мин.
- Уход из школы: 28:30–29:00 мин.
- Уход из школы: 29:00–29:30 мин.
- Уход из школы: 29:30–30:00 мин.
- Уход из школы: 30:00–30:30 мин.
- Уход из школы: 30:30–31:00 мин.
- Уход из школы: 31:00–31:30 мин.
- Уход из школы: 31:30–32:00 мин.
- Уход из школы: 32:00–32:30 мин.
- Уход из школы: 32:30–33:00 мин.
- Уход из школы: 33:00–33:30 мин.
- Уход из школы: 33:30–34:00 мин.
- Уход из школы: 34:00–34:30 мин.
- Уход из школы: 34:30–35:00 мин.
- Уход из школы: 35:00–35:30 мин.
- Уход из школы: 35:30–36:00 мин.
- Уход из школы: 36:00–36:30 мин.
- Уход из школы: 36:30–37:00 мин.
- Уход из школы: 37:00–37:30 мин.
- Уход из школы: 37:30–38:00 мин.
- Уход из школы: 38:00–38:30 мин.
- Уход из школы: 38:30–39:00 мин.
- Уход из школы: 39:00–39:30 мин.
- Уход из школы: 39:30–40:00 мин.
- Уход из школы: 40:00–40:30 мин.
- Уход из школы: 40:30–41:00 мин.
- Уход из школы: 41:00–41:30 мин.
- Уход из школы: 41:30–42:00 мин.
- Уход из школы: 42:00–42:30 мин.
- Уход из школы: 42:30–43:00 мин.
- Уход из школы: 43:00–43:30 мин.
- Уход из школы: 43:30–44:00 мин.
- Уход из школы: 44:00–44:30 мин.
- Уход из школы: 44:30–45:00 мин.
- Уход из школы: 45:00–45:30 мин.
- Уход из школы: 45:30–46:00 мин.
- Уход из школы: 46:00–46:30 мин.
- Уход из школы: 46:30–47:00 мин.
- Уход из школы: 47:00–47:30 мин.
- Уход из школы: 47:30–48:00 мин.
- Уход из школы: 48:00–48:30 мин.
- Уход из школы: 48:30–49:00 мин.
- Уход из школы: 49:00–49:30 мин.
- Уход из школы: 49:30–50:00 мин.
- Уход из школы: 50:00–50:30 мин.
- Уход из школы: 50:30–51:00 мин.
- Уход из школы: 51:00–51:30 мин.
- Уход из школы: 51:30–52:00 мин.
- Уход из школы: 52:00–52:30 мин.
- Уход из школы: 52:30–53:00 мин.
- Уход из школы: 53:00–53:30 мин.
- Уход из школы: 53:30–54:00 мин.
- Уход из школы: 54:00–54:30 мин.
- Уход из школы: 54:30–55:00 мин.
- Уход из школы: 55:00–55:30 мин.
- Уход из школы: 55:30–56:00 мин.
- Уход из школы: 56:00–56:30 мин.
- Уход из школы: 56:30–57:00 мин.
- Уход из школы: 57:00–57:30 мин.
- Уход из школы: 57:30–58:00 мин.
- Уход из школы: 58:00–58:30 мин.
- Уход из школы: 58:30–59:00 мин.
- Уход из школы: 59:00–59:30 мин.
- Уход из школы: 59:30–60:00 мин.
- Уход из школы: 60:00–60:30 мин.
- Уход из школы: 60:30–61:00 мин.
- Уход из школы: 61:00–61:30 мин.
- Уход из школы: 61:30–62:00 мин.
- Уход из школы: 62:00–62:30 мин.
- Уход из школы: 62:30–63:00 мин.
- Уход из школы: 63:00–63:30 мин.
- Уход из школы: 63:30–64:00 мин.
- Уход из школы: 64:00–64:30 мин.
- Уход из школы: 64:30–65:00 мин.
- Уход из школы: 65:00–65:30 мин.
- Уход из школы: 65:30–66:00 мин.
- Уход из школы: 66:00–66:30 мин.
- Уход из школы: 66:30–67:00 мин.
- Уход из школы: 67:00–67:30 мин.
- Уход из школы: 67:30–68:00 мин.
- Уход из школы: 68:00–68:30 мин.
- Уход из школы: 68:30–69:00 мин.
- Уход из школы: 69:00–69:30 мин.
- Уход из школы: 69:30–70:00 мин.
- Уход из школы: 70:00–70:30 мин.
- Уход из школы: 70:30–71:00 мин.
- Уход из школы: 71:00–71:30 мин.
- Уход из школы: 71:30–72:00 мин.
- Уход из школы: 72:00–72:30 мин.
- Уход из школы: 72:30–73:00 мин.
- Уход из школы: 73:00–73:30 мин.
- Уход из школы: 73:30–74:00 мин.
- Уход из школы: 74:00–74:30 мин.
- Уход из школы: 74:30–75:00 мин.
- Уход из школы: 75:00–75:30 мин.
- Уход из школы: 75:30–76:00 мин.
- Уход из школы: 76:00–76:30 мин.
- Уход из школы: 76:30–77:00 мин.
- Уход из школы: 77:00–77:30 мин.
- Уход из школы: 77:30–78:00 мин.
- Уход из школы: 78:00–78:30 мин.
- Уход из школы: 78:30–79:00 мин.
- Уход из школы: 79:00–79:30 мин.
- Уход из школы: 79:30–80:00 мин.
- Уход из школы: 80:00–80:30 мин.
- Уход из школы: 80:30–81:00 мин.
- Уход из школы: 81:00–81:30 мин.
- Уход из школы: 81:30–82:00 мин.
- Уход из школы: 82:00–82:30 мин.
- Уход из школы: 82:30–83:00 мин.
- Уход из школы: 83:00–83:30 мин.
- Уход из школы: 83:30–84:00 мин.
- Уход из школы: 84:00–84:30 мин.
- Уход из школы: 84:30–85:00 мин.
- Уход из школы: 85:00–85:30 мин.
- Уход из школы: 85:30–86:00 мин.
- Уход из школы: 86:00–86:30 мин.
- Уход из школы: 86:30–87:00 мин.
- Уход из школы: 87:00–87:30 мин.
- Уход из школы: 87:30–88:00 мин.
- Уход из школы: 88:00–88:30 мин.
- Уход из школы: 88:30–89:00 мин.
- Уход из школы: 89:00–89:30 мин.
- Уход из школы: 89:30–90:00 мин.
- Уход из школы: 90:00–90:30 мин.
- Уход из школы: 90:30–91:00 мин.
- Уход из школы: 91:00–91:30 мин.
- Уход из школы: 91:30–92:00 мин.
- Уход из школы: 92:00–92:30 мин.
- Уход из школы: 92:30–93:00 мин.
- Уход из школы: 93:00–93:30 мин.
- Уход из школы: 93:30–94:00 мин.
- Уход из школы: 94:00–94:30 мин.
- Уход из школы: 94:30–95:00 мин.
- Уход из школы: 95:00–95:30 мин.
- Уход из школы: 95:30–96:00 мин.
- Уход из школы: 96:00–96:30 мин.
- Уход из школы: 96:30–97:00 мин.
- Уход из школы: 97:00–97:30 мин.
- Уход из школы: 97:30–98:00 мин.
- Уход из школы: 98:00–98:30 мин.
- Уход из школы: 98:30–99:00 мин.
- Уход из школы: 99:00–99:30 мин.
- Уход из школы: 99:30–100:00 мин.
- Уход из школы: 100:00–100:30 мин.
- Уход из школы: 100:30–101:00 мин.
- Уход из школы: 101:00–101:30 мин.
- Уход из школы: 101:30–102:00 мин.
- Уход из школы: 102:00–102:30 мин.
- Уход из школы: 102:30–103:00 мин.
- Уход из школы: 103:00–103:30 мин.
- Уход из школы: 103:30–104:00 мин.
- Уход из школы: 104:00–104:30 мин.
- Уход из школы: 104:30–105:00 мин.
- Уход из школы: 105:00–105:30 мин.
- Уход из школы: 105:30–106:00 мин.
- Уход из школы: 106:00–106:30 мин.
- Уход из школы: 106:30–107:00 мин.
- Уход из школы: 107:00–107:30 мин.
- Уход из школы: 107:30–108:00 мин.
- Уход из школы: 108:00–108:30 мин.
- Уход из школы: 108:30–109:00 мин.
- Уход из школы: 109:00–109:30 мин.
- Уход из школы: 109:30–110:00 мин.
- Уход из школы: 110:00–110:30 мин.
- Уход из школы: 110:30–111:00 мин.
- Уход из школы: 111:00–111:30 мин.
- Уход из школы: 111:30–112:00 мин.
- Уход из школы: 112:00–112:30 мин.
- Уход из школы: 112:30–113:00 мин.
- Уход из школы: 113:00–113:30 мин.
- Уход из школы: 113:30–114:00 мин.
- Уход из школы: 114:00–114:30 мин.
- Уход из школы: 114:30–115:00 мин.
- Уход из школы: 115:00–115:30 мин.
- Уход из школы: 115:30–116:00 мин.
- Уход из школы: 116:00–116:30 мин.
- Уход из школы: 116:30–117:00 мин.
- Уход из школы: 117:00–117:30 мин.
- Уход из школы: 117:30–118:00 мин.
- Уход из школы: 118:00–118:30 мин.
- Уход из школы: 118:30–119:00 мин.
- Уход из школы: 119:00–119:30 мин.
- Уход из школы: 119:30–120:00 мин.
- Уход из школы: 120:00–120:30 мин.
- Уход из школы: 120:30–121:00 мин.
- Уход из школы: 121:00–121:30 мин.
- Уход из школы: 121:30–122:00 мин.
- Уход из школы: 122:00–122:30 мин.
- Уход из школы: 122:30–123:00 мин.
- Уход из школы: 123:00–123:30 мин.
- Уход из школы: 123:30–124:00 мин.
- Уход из школы: 124:00–124:30 мин.
- Уход из школы: 124:30–125:00 мин.
- Уход из школы: 125:00–125:30 мин.
- Уход из школы: 125:30–126:00 мин.
- Уход из школы: 126:00–126:30 мин.
- Уход из школы: 126:30–127:00 мин.
- Уход из школы: 127:00–127:30 мин.
- Уход из школы: 127:30–128:00 мин.
- Уход из школы: 128:00–128:30 мин.
- Уход из школы: 128:30–129:00 мин.
- Уход из школы: 129:00–129:30 мин.
- Уход из школы: 129:30–130:00 мин.
- Уход из школы: 130:00–130:30 мин.
- Уход из школы: 130:30–131:00 мин.
- Уход из школы: 131:00–131:30 мин.
- Уход из школы: 131:30–132:00 мин.
- Уход из школы: 132:00–132:30 мин.
- Уход из школы: 132:30–133:00 мин.
- Уход из школы: 133:00–133:30 мин.
- Уход из школы: 133:30–134:00 мин.
- Уход из школы: 134:00–134:30 мин.
- Уход из школы: 134:30–135:00 мин.
- Уход из школы: 135:00–135:30 мин.
- Уход из школы: 135:30–136:00 мин.
- Уход из школы: 136:00–136:30 мин.
- Уход из школы: 136:30–137:00 мин.
- Уход из школы: 137:00–137:30 мин.
- Уход из школы: 137:30–138:00 мин.
- Уход из школы: 138:00–138:30 мин.
- Уход из школы: 138:30–139:00 мин.
- Уход из школы: 139:00–139:30 мин.
- Уход из школы: 139:30–140:00 мин.
- Уход из школы: 140:00–140:30 мин.
- Уход из школы: 140:30–141:00 мин.
- Уход из школы: 141:00–141:30 мин.
- Уход из школы: 141:30–142:00 мин.
- Уход из школы: 142:00–142:30 мин.
- Уход из школы: 142:30–143:00 мин.
- Уход из школы: 143:00–143:30 мин.
- Уход из школы: 143:30–144:00 мин.
- Уход из школы: 144:00–144:30 мин.
- Уход из школы: 144:30–145:00 мин.
- Уход из школы: 145:00–145:30 мин.
- Уход из школы: 145:30–146:00 мин.
- Уход из школы: 146:00–146:30 мин.
- Уход из школы: 146:30–147:00 мин.
- Уход из школы: 147:00–147:30 мин.
- Уход из школы: 147:30–148:00 мин.
- Уход из школы: 148:00–148:30 мин.
- Уход из школы: 148:30–149:00 мин.
- Уход из школы: 149:00–149:30 мин.
- Уход из школы: 149:30–150:00 мин.
- Уход из школы: 150:00–150:30 мин.
- Уход из школы: 150:30–151:00 мин.
- Уход из школы: 151:00–151:30 мин.
- Уход из школы: 151:30–152:00 мин.
- Уход из школы: 152:00–152:30 мин.
- Уход из школы: 152:30–153:00 мин.
- Уход из школы: 153:00–153:30 мин.
- Уход из школы: 153:30–154:00 мин.
- Уход из школы: 154:00–154:30 мин.
- Уход из школы: 154:30–155:00 мин.
- Уход из школы: 155:00–155:30 мин.
- Уход из школы: 155:30–156:00 мин.
- Уход из школы: 156:00–156:30 мин.
- Уход из школы: 156:30–157:00 мин.
- Уход из школы: 157:00–157:30 мин.
- Уход из школы: 157:30–158:00 мин.
- Уход из школы: 158:00–158:30 мин.
- Уход из школы: 158:30–159:00 мин.
- Уход из школы: 159:00–159:30 мин.
- Уход из школы: 159:30–160:00 мин.
- Уход из школы: 160:00–160:30 мин.
- Уход из школы: 160:30–161:00 мин.
- Уход из школы: 161:00–161:30 мин.
- Уход из школы: 161:30–162:00 мин.
- Уход из школы: 162:00–162:30 мин.
- Уход из школы: 162:30–163:00 мин.
- Уход из школы: 163:00–163:30 мин.
- Уход из школы: 163:30–164:00 мин.
- Уход из школы: 164:00–164:30 мин.
- Уход из школы: 164:30–165:00 мин.
- Уход из школы: 165:00–165:30 мин.
- Уход из школы: 165:30–166:00 мин.
- Уход из школы: 166:00–166:30 мин.
- Уход из школы: 166:30–167:00 мин.
- Уход из школы: 167:00–167:30 мин.
- Уход из школы: 167:30–168:00 мин.
- Уход из школы: 168:00–168:30 мин.
- Уход из школы: 168:30–169:00 мин.
- Уход из школы: 169:00–169:30 мин.
- Уход из школы: 169:30–170:00 мин.
- Уход из школы: 170:00–170:30 мин.
- Уход из школы: 170:30–171:00 мин.
- Уход из школы: 171:00–171:30 мин.
- Уход из школы: 171:30–172:00 мин.
- Уход из школы: 172:00–172:30 мин.
- Уход из школы: 172:30–173:00 мин.
- Уход из школы: 173:00–173:30 мин.
- Уход из школы: 173:30–174:00 мин.
- Уход из школы: 174:00–174:30 мин.
- Уход из школы: 174:30–175:00 мин.
- Уход из школы: 175:00–175:30 мин.
- Уход из школы: 175:30–176:00 мин.
- Уход из школы: 176:00–176:30 мин.
- Уход из школы: 176:30–177:00 мин.
- Уход из школы: 177:00–177:30 мин.
- Уход из школы: 177:30–178:00 мин.
- Уход из школы: 178:00–178:30 мин.
- Уход из школы: 178:30–179:00 мин.
- Уход из школы: 179:00–179:30 мин.
- Уход из школы: 179:30–180:00 мин.
- Уход из школы: 180:00–180:30 мин.
- Уход из школы: 180:30–181:00 мин.
- Уход из школы: 181:00–181:30 мин.
- Уход из школы: 181:30–182:00 мин.
- Уход из школы: 182:00–182:30 мин.
- Уход из школы: 182:30–183:00 мин.
- Уход из школы: 183:00–183:30 мин.
- Уход из школы: 183:30–184:00 мин.
- Уход из школы: 184:00–184:30 мин.
- Уход из школы: 184:30–185:00 мин.
- Уход из школы: 185:00–185:30 мин.
- Уход из школы: 185:30–186:00 мин.
- Уход из школы: 186:00–186:30 мин.
- Уход из школы: 186:30–187:00 мин.
- Уход из школы: 187:00–187:30 мин.
- Уход из школы: 187



# ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

6

## КАКОЙ СТУЛ И СТОЛ ВЫБРАТЬ ДЛЯ ПЕРВОКЛАССНИКА.

- 1** Выбирайте стул с регулируемыми высотой сидения и положением спинки. Это поможет подстроить стул под рост: особенности тела ребенка и сохранить его правильную осанку.



Выбирайте стол, возьмите с собой ребенка, только так вы выберете стол, который идеально ему подходит

- 2**
- Высота стола зависит от роста ребенка: 52 см – при росте до 120 см, 60 см – при росте ребенка больше 120 см.
  - Габариты письменного стола можно считать оптимальными, если его край оказался точно на уровне груди сидящего ребенка, а ноги стоят под прямым углом.
  - Глубина рабочей поверхности: 60–80 см. Ширина рабочей поверхности: 120–160 см.



3

СТОЛ

должен стоять

левым боком к окну,

чтобы свет попадал

на ребенка, а не на спинку.

8–10 см

расстояние между

грудью ребенка

и краем стола

и

столы

должны полностью

каспать под прямым

углом

52 см

расстояние от

поверхности стола

до

ног

60 см

расстояние от

поверхности стола

до

головы

ЛАМПА

слева для правшей

стола для левшей

правой

стороной

стола

стола