

Рабочий уголок



Начинается школьная пора, а это значит, что ваш ребенок будет проводить много времени за рабочим столом, готовя домашние задания. Чтобы ребенку было удобно и комфортно, важно правильно организовать рабочее пространство детской комнаты.

Основные правила

Психологи считают, что лучше не разграничивать игровое и рабочее пространство, дети все равно играют везде, а четкое разграничение может вызвать отвращение у детей к учебе.

Пусть вначале обучение станет для них элементом игры. Выбирайте мебель вместе с ребенком, учитывая его вкусы и желания. Ничего не навязывайте, не подавляйте инициативу ребенка. Учитывайте любимые и нелюбимые цвета. Если цвет подобран правильно, это создаст ощущение гармонии, а неудачная цветовая комбинация вызовет дискомфорт. Лучше отдавать предпочтение нежным, мягким тонам, они успокаивают и не раздражают детские глаза. Яркие цвета прекрасно смотрятся в детской, но важно не перегружать пространство ярким цветом, длительное нахождение ребенка в насыщенном цветовом интерьере может вызвать усталость, раздражительность и даже агрессию.

Нужный размер

Если письменный стол и стул соответствуют росту ребенка, заниматься ему будет легче, он дольше сможет сохранять работоспособность и активность. Проверить, подходит ли стол вашему ребенку, можно прямо в магазине: при посадке край стола должен быть на уровне груди (так, чтобы ребенок мог опираться на локти), ноги должны стоять под прямым углом, а колени не должны подпирать стол снизу. Лучше всего подобрать стул с регулируемой высотой сиденья и спинки. Сиденье стула не должно быть глубоким, чтобы во время занятий ребенок не горбился, а его спина опиралась на спинку стула. Только тогда посадка будет правильной, а мышцы спины не будут уставать. Часто

стол продается в комплекте со стулом, однако перед покупкой все же стоит убедиться, удобно ли сидеть на нем вашему ребенку.

Свет

Очень важно организовать правильное освещение, так как слишком яркий или тусклый свет может спровоцировать усталость и испортить зрение. Стол лучше всего поставить рядом с окном, чтобы свет падал слева, а для леворуких детей — справа. Если комната достаточно освещена дневным светом, необязательно включать настольную лампу. Нет строгой необходимости в дневном свете на рабочем месте, полноценной его заменой вполне могут быть и искусственные источники света. В темное время суток нельзя ограничиваться одной настольной лампой, чтобы остальное пространство комнаты было темным, — такой контраст может вызвать утомление и снижение остроты зрения. Во время занятий в комнате должен быть отраженный рассеянный свет. Лучше всего использовать сочетание настенных бра или светового карниза и светильника над рабочей зоной.

Мальчикам и девочкам

Для мальчиков и девочек нужны разные условия обустройства пространства, поскольку у них по-разному устроен мозг и различны темпы созревания. Мальчикам необходимо более яркое освещение, чем девочкам. При недостаточном освещении мальчик намного быстрее устанет и будет отвлекаться. У девочек большая тактильная чувствительность, поэтому им важно, чтобы рабочее место было аккуратным и комфортным. Девочкам больше понравятся стул с мягким сиденьем и удобный, приятный на ощупь стол. Мальчикам требуется больше пространства, поэтому рабочий уголок должен быть просторнее. Движение помогает мальчикам стимулировать мозговую деятельность и снижать импульсивность поведения, поэтому им нужно двигаться во время работы. Подойдет кресло или стул на колесиках. Девочкам же не требуется много двигаться при умственной работе.

Все по полочкам

Когда дело доходит до домашнего задания, почти всем родителям приходится слышать от своего ребенка, что он устал, не может найти ручку, сделает уроки позже или что сегодня вообще ничего не задавали. Если правильно организовать порядок на рабочем столе, вашему ребенку будет намного удобнее и интереснее делать дома уроки, не подыскивая предлогов и отговорок.

1. Легче отыскать

Вам понадобится выдвижная тумба или ящик для хранения школьных принадлежностей. Для удобства можно разделить содержимое ящиков по предметам или в алфавитном порядке и сделать симпатичные наклейки с подписями. Так ребенок будет помнить где что лежит. Для отдельных листов с тестами или заданиями заведите папку или конверт.

Книги лучше расставить по высоте и подписать корешки, чтобы ребенок мог сразу взять то, что ему понадобится.

2. Удобнее доставать

По возможности не выбирайте шкафы со стеклянными или зеркальными дверцами. Не ставьте тяжелые словари или другие предметы высоко на полки, ребенку будет неудобно брать их оттуда. Старайтесь положить тяжелые предметы как можно ниже.

3. Хранить самое ценное

Игрушки лучше хранить в отдельной коробке, убрав ее под стол. На полках оставьте только самые любимые, чтобы ребенок мог в любой момент их достать. Удобно использовать небольшие ящики с выдвижными отделениями, где можно также разложить все вещи по тематике, на каждый ящик можно наклеить яркую картинку, которая будет ассоциироваться у ребенка с его содержимым.

4. Проще заниматься

Очень важно, чтобы перед глазами у ребенка были наглядные пособия: таблица умножения, географические карты или глобус. Поставьте на стол часы, ребенку нужен 10-минутный перерыв после получаса работы. Часы подскажут, когда можно сделать передышку. Повесьте на стене календарь, где вы будете отмечать родительские собрания, контрольные работы или школьные праздники. Не забудьте отметить дни школьных каникул и ваши дни рождения!

5. Сэкономить место

Если комната небольшая, попробуйте повесить под потолком по периметру комнаты светлые навесные шкафы для книг и учебников. Также можно оборудовать деревянный подиум, на котором установить рабочий стол, а внутрь подиума уложить все то, что мешает и занимает много места (например несезонную одежду или спортивный инвентарь).

6. Повесить рисунки

Чтобы ребенок сам мог украсить комнату своими рисунками, аппликациями или другими поделками, прикрутите к стене на небольшой высоте деревянную планку. На нее ребенок сможет вешать любые понравившиеся ему картинки, а стена не испортится. К планке можно прикрутить крючки на которые вы будете вешать рюкзак или одежду для школы.

7. Поставить компьютер

На обычном рабочем столе, как правило, не хватает места для компьютера. В качестве компромисса можно выбрать угловой стол. Угловой письменно-компьютерный стол может иметь различные размеры столешницы и правостороннюю или левостороннюю

компановку. Можно выбрать стол небольшого размера, который уместится даже в маленьких комнатах.

"Хорошо продуманная обстановка поднимет настроение и поможет лучше справляться с уроками. Не надо покупать школьнику офисную мебель "для взрослых", подберите мебель по возрасту с учетом потребностей ребенка. Новая серия Икеа Youth предназначена для детей от 7 до 12 лет — в этом возрасте дети уже не хотят, чтобы их считали малышами, но взрослой мебелью им пользоваться пока неудобно. Не запрещайте ребенку что-то менять и придавать обстановке индивидуальность: пусть школьник украсит мебель забавными наклейками или рисунками и расставит любимые вещи и игрушки, как ему хочется. Разложить все по местам ему помогут решения для хранения и аксессуары Икеа: удобные контейнеры и коробки всевозможных размеров, подвесные секции, полки и мини-комоды."