

The logo for the National Literacy Trust, featuring the text "National Literacy Trust" in white, stacked vertically within a series of overlapping, semi-transparent colored squares in shades of purple, pink, orange, and yellow.

National
Literacy
Trust

Changing life stories

Timp petrecut împreună

Activități distractive și
simple de realizat
împreună cu
copilul acasă



Bun venit

Dialogul cu bebelușul sau copilul dumneavoastră și lectura de cărți le oferă acestora cel mai bun start în viață.

Ca părinte, aveți un rol special în viața copilului dumneavoastră. Vestea bună este că nu trebuie să fiți un expert pentru a vă ajuta copilul să fie pregătit pentru a învăța.

Știați că copiii învață extrem de mult prin experiențele simple de zi cu zi pe care le fac împreună cu dumneavoastră?



Sfaturi de două stele

Sfaturile de două stele din această carte oferă sugestii excelente cu privire la cum puteți susține procesul de învățare a copilului dumneavoastră și cum puteți să îl pregătiți pentru școală.

Idei privind mici discuții

Utilizați aceste idei de mici discuții pentru a vă ajuta copilul să își dezvolte limbajul necesar pentru școală.

Încercați-le pe acestea pentru început. Mai multe idei, puteți găsi online la adresa small-talk.org.uk.

Sfat de două stele

Copilul dumneavoastră va fi foarte fericit când vă va auzi spunând-i „bravo”! Laudele multe îl ajută pe copil să fie mulțumit de el însuși.

Idee privind mici discuții

Discutați cu copilul dumneavoastră ori de câte ori aveți ocazia - atunci când faceți o plimbare, când vă aflați în autobuz, oriunde! Copiii pot învăța o mulțime de cuvinte noi chiar de la dumneavoastră.

Discuție, joc, lectură

Conversațiile contează!

Încercați să discutați și să vă ascultați copilul.

Copiii învață mult punând întrebări, discutând despre ideile lor, descriind ceea ce văd și minunându-se cu glas tare.

Când vorbiți cu copilul dumneavoastră vă puteți și distra mult împreună. Încercați:

- Puneți întrebări
- Vorbiți despre experiențele de zi cu zi
- Spuneți bancuri
- Faceți lucruri comice
- Participați la jocuri
- Cântați melodii

Știați că cu cât vorbiți mai mult cu copilul dumneavoastră și cu cât aude mai multe cuvinte pe care le utilizați, cu atât va merge mai bine la școală la vârsta de 10 ani?

Sfat de două stele

Dacă jocul este plin de energie sau zgomotos, mergeți în parcul din apropiere!

Idee privind mici discuții

Povestiți-i povestea „*We're Going On A Bear Hunt*” (Mergem să vânăm un urs) și apoi plecați la o vânătoare imaginată în jurul grădinii sau a parcului din apropiere!

Idee privind mici discuții

Mergeți mai departe și intrați-vă în rol în timpul jocului de imaginație a copilului dumneavoastră! Puneți-i întrebări sau descrieți ceea ce face personajul dumneavoastră. Acestea vor da copilului dumneavoastră posibilitatea de a auzi cuvinte noi și de rezolva probleme.



Sfat de două stele

Pentru mai multe idei, vizitați site-ul literacytrust.org.uk/family-zone/

Idee privind mici discuții

Discutați cu copilul dumneavoastră despre ceea ce faceți, despre activitățile de zi cu zi, cum ar fi sortarea rufelor de spălat sau prepararea cinei.

4.



Jucați-vă

Copiii învață să dea un sens lumii din jur prin joc!

Jocul este foarte important pentru dezvoltarea copiilor. Prin jocul cu alți copii, copilul învață să comunice, să interlocauteze, să împărtășească și să își facă prieteni.

Copiii sunt fericiți când își pot folosi imaginația pentru a transforma diferite obiecte în elemente de joc. Ați putea să le oferiți haine de îmbrăcat cum ar fi pantofi de adulți, haine, genți sau chiar cutii goale - cutiile mari sunt excelente!

Știați că lăsând copilul dumneavoastră să aleagă jocul cu care dorește să se joace promovează independența acestuia și îl ajută să fie pregătit pentru școală?

5.



Citirea semnelor

Semnele sunt pretutindeni!

Copiii trăiesc într-o lume plină de semne, mesaje, imagini și sigle scrise pretutindeni.

Să recunoască locul lor preferat de luat masa sau numele unui supermarket sunt primii pași de învățare pentru citire și scriere.

Știați că cu cât copilul vă vede mai mult pe dumneavoastră citind, cu atât mai mult va dori să citească?

Sfat de două stele

Asigurați-vă că copilul dumneavoastră vă vede citind lucruri care vă plac, precum cărți, reviste, comics, manuale, rețete sau instrucțiuni și explicați-i de ce o faceți.

Idee privind mici discuții

Atunci când sunteți ieșit împreună cu copilul dumneavoastră, căutați semne, simboluri, sigle și cuvinte în jurul dumneavoastră. Încurajați-l să vă arate și ajutați-l să „citească” semnele pe care le recunosc!

Hrană, somn, mișcare

Alimentați sănătos organismul copiilor în dezvoltare!

O dietă mixtă și variată cu fructe proaspete, legume și produse lactate este importantă pentru a ajuta organismele și oasele să se dezvolte sănătos. Gătitul cu ingrediente principale poate fi mai ieftin decât dacă cumpărați alimente deja pregătite. Alimentele uscate sau conservele de alimente precum paste, roșiile și boabele sunt bune, mai ieftine și ușor de stivuit și pot fi utilizate pentru a găti foarte multe feluri diferite de mâncare.

Știați că multe supermarket-uri au multe idei de rețete pentru mese care nu sunt prea scumpe? Sau, ați putea să căutați alte idei online:

[goodtoknow.co.uk/food/recipe-collections](https://www.goodtoknow.co.uk/food/recipe-collections)

Idee privind mici discuții

Implicați copilul în timp ce gătiți vorbind cu acesta despre ceea ce faceți.



Sfat de două stele

Întrebați-vă prietenii ce le place copiilor lor să mănânce și faceți schimb de rețete!

Sfat de două stele

Întrebați la școala copilului dumneavoastră despre opțiunile de club pentru micul dejun și prânz!

Somn odihnitor

Odihnă și relaxare!

Somnul și odihna suficientă sunt foarte importante pentru copii, deoarece aceștia sunt în perioada de creștere și se dezvoltă tot timpul.

Rutina de culcare

O rutină de culcare ar putea să arate în felul următor:

- 18:45: îmbrăcați-vă în pijama, spălați-vă pe dinți, mergeți la toaletă.
- 19:15: timp liniștit cu o carte, o poveste sau o discuție liniștită.
- 19:30: vă spuneți noapte bună și stingeți luminile¹

Știați că melodiile și cântecele de leagăn liniștitoare pot liniști copiii și ajuta la un somn adânc și odihnitor?



Sfat de două stele

Încercați să reduceți „timpul de ecran” pe telefoane, TV sau calculatoare în ora dinainte de culcare, deoarece aceste dispozitive pot împiedica copiii să meargă la culcare.

Pentru sugestii pentru a vă ajuta copilul să adoarmă, vizitați sleepfoundation.org

Idee privind mici discuții

În loc să citiți o carte la culcare, încercați să inventați o poveste cu ajutorul imaginației!

8.



Sfat de două stele

Găsiți o activitate fizică care să vă placă (poate dansul în ritmul muzicii sau alergatul) și încurajați copilul să vi se alăture!

Idee privind mici discuții

Cereți copilului să vă povestească despre o activitate pe care a făcut-o la creșă. Întrebați-l ce îi place și ce nu îi place la acea activitate - și de ce.

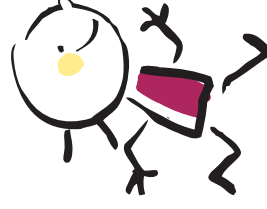
În mișcare

Este timpul pentru activitățile fizice!

Se recomandă copiilor cu vârsta de până la cinci ani să aibă trei ore de activitate fizică de-a lungul întregii zile². Aceasta poate include mersul pe jos, sărituri, alergări, cățărări și echilibrări. Corpurile copiilor cresc și se dezvoltă rapid în acest timp. Copiii le place să fie activi și, de asemenea, trebuie să facă mișcare pentru a rămâne sănătoși și stare bună de creștere.

Activitățile potrivite pentru majoritatea copiilor care pot merge singuri includ:

- Joc activ (cum ar fi jocul de-a v-ați ascunselea sau să ne murdărim în noroi)
- Alergat
- Sărit pe o trambulină
- Mers pe bicicletă
- Dans
- Înot
- Săritul corzii
- Gimnastică³



9.

Ce puteți face pentru a vă susține copilul

Cercetările arată că există șapte lucruri pe care părinții le pot face pentru a-și ajuta copilul să învețe și să obțină rezultate bune în viață⁴.

Bucuria de a citi cărți și povești

O carte citită împreună este un mod excelent de a învăța de la cineva mult mai tânăr.

Cântați cântecele și fredonați melodii

Intonarea de cântecele și melodii pentru copii este un mod excelent de a vă ajuta copilul să deprindă sunete și cuvinte noi cu ajutorul versurilor și a repetiției.

Jucați-vă împreună

Copiii învață prin joc. Jocul împreună ajută copiii să își dezvolte competențele de care au nevoie pentru a comunica și a socializa.

Jocul cu litere

Jocuri cu forme și sunete legate de litere face ca procesul de învățare să fie distractiv.

Plimbările

O plimbare sau când mergeți prin magazine împreună vă oferă dumneavoastră și copilul dumneavoastră experiențe noi, inclusiv lucruri noi de văzut, pipăit, mirosit, gustat și auzit, precum și multe ocazii de discuta despre acestea!

Acces la cărți

Dacă aveți în apropiere o bibliotecă, puteți împrumuta gratis cărți și puteți participa la activități gratuite pentru copii. Creșele din apropiere, centrele pentru copii și școlile pot, de asemenea, oferi acces la cărți. Întrebați!

Aceste activități simple sunt chiar decisive

pentru modul în care copilul învață și își dezvoltă aptitudinile de ascultare, vorbire, citire și scriere. Puteți să vă distrați împreună și să vă pregătiți pentru școală în același timp!

Pictura și desenul

Scrierea de semne și măzgăliturile reprezintă începutul de învățare a scrierii.





Povestiri

Nu este nevoie să citiți întotdeauna cuvintele. Uitați-vă unul la altul și discutați imaginile din cărți, și acesta este un mod excelent de a vă încuraja copilul să se bucure de povești. Dacă acasă vorbiți o altă limbă, discutați despre imagini și poveste în limba dumneavoastră maternă.

Vă puteți distra împreună atunci când răsfoiți cărți:

- Discutați despre coperta cărții și clarificați titlul.
- Lăsați copilul dumneavoastră să țină cartea și să întoarcă paginile.
- Încurajați-l să vorbească despre imagini.
- Utilizați voci diferite pentru diferite personaje.
- Adăugați efecte sonore ca împroșcarea în mlaștini, claxonul unei mașini sau sunete de animale.
- La terminarea poveștii, îl puteți întreba dacă i-a plăcut și dacă a avut un personaj preferat.

Sfat de două stele

Construiți-vă un ascunziș împreună (o pătură peste o masă), cu spațiu doar pentru voi doi.

Puteți să construiți ascunzișul ca parte a poveștii - ar putea fi peștera unui monstru, o navă spațială sau turnul unei prințese.

Știați că copiii cărora li s-a citit regulat de părinți la vârsta de cinci ani sunt mai buni la matematică, vocabular și teste de ortografie la vârsta de 16 ani decât cei care nu au fost ajutați în acest fel?⁵

Știați că copiii au adesea o poveste preferată pe care vor să audă din nou și din nou? Aceasta îi ajută să învețe ordinea cuvintelor și să lege cuvintele scrise de poveste - aceștia sunt primii pași pentru a învăța să citească!

Idee privind mici discuții

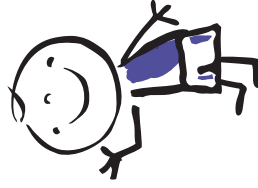
Discutați cu copilul dumneavoastră despre ce făceați dumneavoastră când erați copil. Implicați întreaga familie - bunicii pot avea povești interesante de împărtășit de când erau tineri!

Fredonarea de cântece și melodii

Melodiile și versurile dezvoltă limbajul, vocabularul, mișcarea și coordonarea copiilor dacă acestea includ acțiuni. Multe le ajută, de asemenea, să învețe să numere.

Nu vă faceți griji dacă vocea dumneavoastră atunci când cântați este ruginită sau neintonată, acest lucru nu contează și cu cât cântați mai mult împreună cu copilul dumneavoastră cu atât veți deveni mai încrezător.

Dacă nu cunoașteți melodii, puteți împrumuta CD-uri cu melodii de la bibliotecă sau să le căutați pe YouTube. Puteți întotdeauna să compuneți propriile dumneavoastră melodii, sau doar să cântați împreună melodiile de la radio.



Știați că melodiile și versurile pot ajuta copilul dumneavoastră să învețe despre lumea în care ne aflăm? Puteți face zgomote de animale ca în Ferma animalelor și să numărați peștele ca în 1, 2, 3, 4, 5 Odată am prins o pește viu!

14.



Sfat de două stele

Dacă cunoașteți melodii sau poezii în altă limbă, cântați-le și recitați-le împreună cu copilul dumneavoastră.

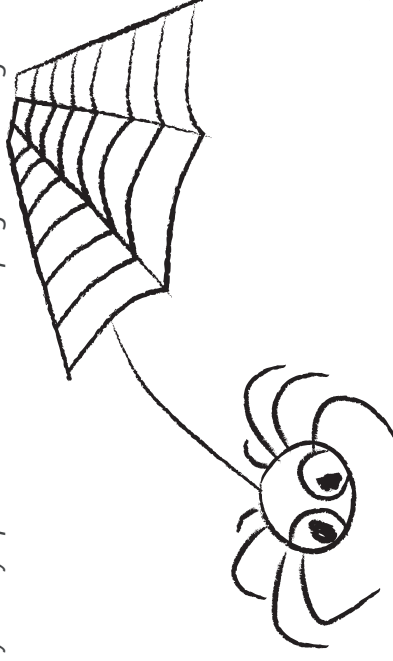


Incy Wincy Spider

Imitați versurile în timp ce le cântați sau construiți împreună propriul păianjen și tub de scurgere folosind lucruri de prin casă precum borcanele de iaurt, lână și tuburi de role de bucătărie. Puteți găsi un clip video al melodiei cu diferite mișcări pe YouTube: [youtube.com/watch?v=m7f1W0xElak](https://www.youtube.com/watch?v=m7f1W0xElak).

*Incy Wincy Spider urca spre gura de scurgere pentru apă
Ploaia începe și spală păianjenul*

*Afară soarele strălucește și usucă tot ce ploaia a udat
Și Incy Wincy Spider se urcă din nou pe gura de scurgere.*



15.

Jucați-vă împreună

Deprinderea de a împărtăși, umbla, comunica, simți bine și de a se împrieteni cu alții sunt aptitudini care vor servi de-a lungul întregii vieți, dar care se vor deprinde într-un timp nu foarte scurt! Vă puteți ajuta copilul să înceapă să deprindă aceste aptitudini importante jucând împreună sau aranjând întâlniri cu prietenii sau membrii familiei, fie în persoană sau prin intermediul FaceTime sau WhatsApp.



Sfat de două stele

Toți copiii sunt diferiți! Unii sunt mai energici și mai încrezători decât alții - nu faceți comparații și nu vă faceți griji - cunoașteți cel mai bine copilul dumneavoastră, prin urmare spriniți-l și încurajați-l atât cât are nevoie.



Știați că deprinderea de joacă cu ceilalți este importantă pentru dezvoltarea personală, socială și emoțională a copiilor? De asemenea, îi ajută să afle că alte persoane au sentimente și idei care sunt diferite de cele proprii.

16.

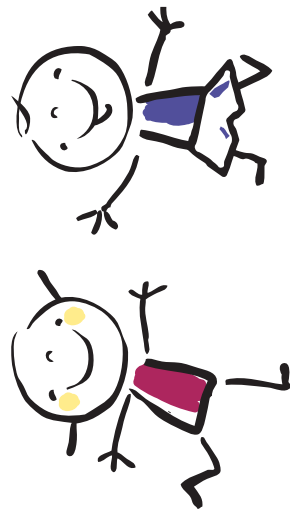


Sfat de două stele

Încurajați și liniștiți-vă copilul pentru a-i consolida încrederea pe măsură ce începe să își creeze propriile prietenii.

Copiii se joacă în foarte multe moduri diferite:

- Se joacă pe cont propriu
- Privesc alți copii care se joacă
- Joacă alături de alții; făcând aceeași activitate dar nu se unesc altor copii
- Devin tot mai interesați de jocul altor copii și încep să vorbească cu aceștia
- Joacă împreună, de obicei într-un grup mic



17.

Jocul cu litere și numere

Există tot felul de jocuri, pe care le puteți juca cu litere și numere, de la formă și sunet pentru a învăța cuvinte noi care conțin aceeași primă literă. Puteți să căutați acele numere pe care copilul dumneavoastră le va recunoaște, cum ar fi numărul civic al locuinței sau vârsta copilului, și observați dacă puteți găsi aceleași numere pe autobuze, magazine sau semne rutiere. Rețineți că literele și numerele se găsesc pretutindeni!

Sfat de două stele

Numărați cu voce tare împreună cu copilul dumneavoastră - aflați câte trepte trebuie să faceți ca să ajungeți la ușă sau numărul de felinare stradale pe lângă care trebuie să treceți pentru a ajunge în parc!

Idee privind mici discuții

Căutați literele pe care le puteți găsi în corespondența nedorită și reviste vechi. Tăiați unele dintre litere și faceți un colaj. Vedeți dacă copilul își poate găsi prima literă a numelui. Dacă nu poate recunoaște încă litera, desenați-o împreună și vedeți dacă o puteți găsi împreună atunci când sunteți la plimbare.



„Vreau să merg în parc”

Jucați-vă în timp ce umblați de jur împrejur și spuneți că vreți să faceți o plimbare în parc. Regula este că puteți lua numai lucrurile care conțin sunetul „p” (de exemplu, „Vreau să merg în parc și am de gând să iau cu mine un picnic/papagal/pix”). Puteți să vă distrați mai mult prin schimbarea destinației (de exemplu, pe malul mării, unde puteți lua doar lucrurile care încep cu „m”). Vă aduceți aminte tot ce aveți de gând să luați cu voi?

Creare a literelor cu plastilina sau pasta

Creați împreună forme de litere din plastilină, sau creați-vă propria pasta de modelat.

Amestecați:

- Două cești de făină simplă
- ½ ceașcă de apă rece
- Trei linguri de ulei vegetal
- O lingură de suc de lămâie (opțional)
- orice colorant alimentar sau sclipici doriți.

Idee privind mici discuții

Pentru a încuraja citirea timpurie a copilului dumneavoastră, utilizați sunetele literelor în loc de numele de alfabet a literelor. Cu ajutorul sunetelor literelor, când jucați împreună jocuri precum „Vreau să merg în parc” sau „Sunt un spion”, vor reuși să învețe să citească pe măsură ce fac acele sunete.





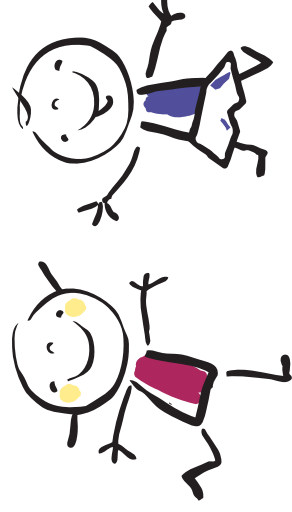
Plimbările

Lumea este plină de cuvinte și imagini și lucruri de făcut captivante, pipăiți-le și explorați-le împreună, de la pachetele de cereale și semnele de pe stradă la împroșcarea în băltoace și la frunzele care cad.

Încurajați-vă copilul să exploreze lumea din jur.

- Faceți o plimbare și vorbiți despre literele, cuvintele și numerele de pe semnele de pe stradă și din vitrinele magazinelor.
- Atunci când faceți cumpărături alimentare, comparați dimensiunile, culorile și mirosurile de la fructe și legume.

Știați că ieșitul la plimbare ajută copilul dumneavoastră în procesul de învățare? Mergeți în ritmul copilului dumneavoastră, vorbiți-i și treziți-i interesul față de lucrurile pe care le observă și despre care întrebă.



20.

Cum să faceți și să utilizați un inel de chei cu fotografii

De ce aveți nevoie

- Creion și hârtie pentru lista de cumpărături
- Fotografii de fructe și legume
- Foarfece de copii
- Perforator
- Sfoară sau panglică pe care să treceți fotografiile

Ce puteți face

Găsiți o rețetă și faceți împreună o listă de cumpărături prin decuparea imaginilor ingredientelor din pliante și reviste.

Creați un inel de chei făcând o gaură într-un colț al fiecărei fotografii și legându-le împreună cu o sfoară.

Lăsați copilul să utilizeze inelul de chei atunci când mergeți la cumpărături. Îl va ajuta să găsească alimentele respective prin utilizarea fotografiilor. Discutați despre ceea ce vedeți și numărați împreună bucățile de care aveți nevoie.

Sfat de două stele

Inelele de chei cu fotografii sunt un mod excelent de a vă juca cu copilul dumneavoastră. Încercați să creați un inel de chei cu fotografii pentru a observa când sunteți ieșiți.

Idee privind mici discuții

Atunci când vă plimbați cu copilul dumneavoastră, ascultați sunetele care se pot auzi, inclusiv zgomote de trafic, sirene, muzică, lătratul câinilor, păsările ciripind și avioanele care zboară deasupra. Discutați despre ceea ce auziți. Încercați să imitați sunetul - putem face același zgomot?

21.



Acces la cărți

Școala, biblioteca, centrul pentru copii sau creșa din apropiere vă pot oferi acces la cărțile pentru copii în mod gratuit. Sunați și întrebați!

Dacă biblioteca dumneavoastră este deschisă, puteți împrumuta cărți în mod gratuit!

Știați că cu cât mai multe cărți pentru copii aveți în acasă cu atât mai este probabil copilul dumneavoastră să se descurce mai bine atunci când începe școala? Acestea nu trebuie neapărat să fie cărți pe care să le dețineți - de fapt, cu cât împrumutați mai multe cărți cu atât mai bine!

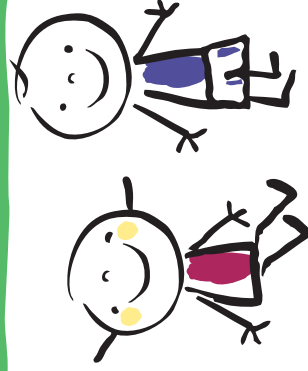
22.

Sfat de două stele

Păstrați cărțile din biblioteca copilului dumneavoastră la îndemână pentru a putea alege una ori de câte ori ar dori să o facă. Sau de ce să nu păstrați cărțile copilului dumneavoastră chiar împreună cu jucăriile? Și ursuleților și păpușilor le place să citească!

Idee privind mici discuții

Și revistele sunt bune de răsfoit. Discutați diferitele imagini și întrebați-vă copilul care sunt imaginile care le plac cel mai mult.



Găsirea unei cărți potrivite

Copiii sunt mai înclinați să răsfoiască o carte pe care au ales-o singuri. Iată câteva moduri în care îi puteți ajuta să aleagă o carte care le va place:

- **Cercetați coperta**
Pot vedea cărți despre lucrurile care le plac?
- **Răsfoiți cartea!**
Aruncați o privire în interiorul cărții. Le plac imaginile?
- **Cartea are personaje care le plac?**
Le plac monștrii sau ursuleții, extraterestrii sau trenurile?
- **Unul din voi poate face zgomote care să se potrivească cu imaginile?**
Zgomote de animale, zgomote de mașini, trenuri sau rachete.
- **Este o poveste de acțiune?**
Le place să participe la aceste tipuri de povești?
- **Sunt prezente surprize?**
Le plac cărțile cu imagini tridimensionale sau cu butoane de apăsat? Puteți găsi personaje ascunse?

23.



Distrați-vă pictând și desenând

Pictura și desenul ajută copilul dumneavoastră să își dezvolte concentrarea, creativitatea și abilitățile de care are nevoie pentru scriere.

Utilizați materiale de scris diferite - cretă colorată, creioane, spumă de ras și vopsea. Este distractiv să folosiți apă și o pensulă pentru a picta pietrele de pavaj din grădină.



Sfat de două stele

Fiți creativi. Încurajați-vă copilul să măzgălească, deseneze și să lipească imagini realizate din diferite tipuri de obiecte precum pene, cochilii sau rămurele.

Decupați imaginile preferate din reviste și faceți colaje.

24.

Cum să creați propria carte cu amintiri

De ce aveți nevoie

- Un album de colaje
- Carioci, creioane și acuarele
- Fotografii
- Reviste și cataloage
- Foarfece de copii
- Adeziv

Ce puteți face

- Ajutați-vă copilul să decoreze coperta din față a cărții lor cu amintiri. Scrieți-i numele împreună pe copertă.
- Adăugați cuvinte sau desene despre lucrurile lor preferate, cum ar fi feluri de mâncare, locuri sau jucării sau fotografii cu familia sau animalele de companie.
- Adunați biletele de autobuz și alte bilete de când ieșiți și lăsați copilul să le lipească.
- Încercați să lăsați copilul să utilizeze sclipici, vopsea, autocolante sau altceva care să facă cartea de amintiri distractivă și colorată.

Idee privind mici discuții

Discutați măzgăliturile copilului dumneavoastră și întrebați-l ce au desenat. Alegeți forme și imagini care pot fi recunoscute și desenați și dumneavoastră câteva.



25.

Pregătirea pentru școală

Puteți pregăti copilul pentru școală:

- Jucați jocuri care implică ieșiri și colaborare
- Ajutați-l să ceară ceea ce are nevoie, dacă îi este foame, sete sau este obosit.
- Învățați-l se îmbrăce singur, să mănânce singur și să meargă singur la toaletă.



Începutul școlii poate fi o experiență pozitivă pentru toată lumea

- Ca părinți, sunteți primul profesor al copilului dumneavoastră.
- Informați-vă despre școală astfel încât să înțelegeți ce se va întâmpla atunci când copilul începe școala.
- Acceptați vizita acasă a unui învățător înainte de a începe școala dacă acest lucru vi se propune.
- Vizitați site-ul web al școlii.

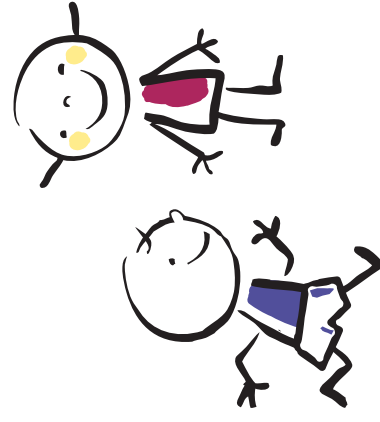
Asigurați-vă că știți ce aveți de făcut în prima zi: unde să mergeți dimineața și de unde să luați copilul la plecare.

Citiți cărți despre începutul școlii

Există o mulțime de cărți diferite pe care le puteți răsfoi despre școală. Acest lucru vă poate ajuta copilul să se simtă pregătit pentru a pleca la sau a reveni de la școală.

Mai jos, sunt enumerate câteva cărți:

- *Starting School* de Janet și Allen Ahlberg
- *Topsy and Tim Start School* de Jean și Gareth Adamson
- *Going to School* de Anna Civardi și Stephen Cartwright
- *Harry and the Dinosaurs Go To School* de Ian Whybrow
- *Come to School Too, Blue Kangaroo!* de Emma Chichester Clark
- *I Am Too Absolutely Small For School* de Lauren Child



Rutinele noi

Executați rutina de dimineață inclusiv trezirea și îmbrăcarea, luarea micului dejun astfel încât să „nu întâziem la școală”. Asigurați-vă că copilul doarme suficient și este pregătit pentru școală în prima zi.

Sfat de două stele

La sfârșitul zilei - salutați-vă copilul cu un zâmbet și nu cu un smartphone!

Idee privind mici discuții

Răsfoiți una din cărțile enumerate. Discutați despre ceea ce simte copilul dumneavoastră cu privire la începutul școlii.



Tel: 020 7587 1842

E-mail: contact@literacytrust.org.uk

Site: literacytrust.org.uk

 Vizitați-ne pe Facebook: facebook.com/nationalliteracytrust

 Urmăriți-ne pe Twitter: [@Literacy_Trust](https://twitter.com/Literacy_Trust)

 Urmăriți-ne pe Instagram: [@Literacy_Trust](https://www.instagram.com/Literacy_Trust)

 Înregistrați-vă la buletinul nostru informativ gratuit: literacytrust.org.uk/newsletter

National Literacy Trust este o instituție filantropică înregistrată cu nr. 1116260 și o companie cu responsabilitate limitată cu garanțare cu nr. 5836486 înregistrată în Anglia și Țara Galilor și o instituție filantropică înregistrată în Scoția cu nr. SC042944. Adresa înregistrată: 68 South Lambeth Road, Londra SW8 1RL.

Sub patronajul: Alteța Sa Ducesa de Cornwall

© National Literacy Trust 2020. Această resursă Toți pregătiți pentru școală este licențiată sub Open Government Licence 3.0.

Referințe:

1. <https://raisingchildren.net.au/school-age/sleep/understanding-sleep/school-age-sleep>
2. <https://www.gov.uk/government/publications/uk-physical-activity-guidelines>
3. <https://www.nhs.uk/live-well/exercise/physical-activity-guidelines-children-under-five-years/>
4. Effective Preschool, Primary and Secondary Education (EPPSE). Kathy Sylva și colab.
5. Social inequalities in cognitive scores at age 16: Rolul titlului: Alice Sullivan, Matt Brown, 20136.
6. Perspective ale părinților: Children's use of technology in the Early Years, Dr Susie Formby, National Literacy Trust, 2014