

## «Как помочь ребенку избежать срывов и болезней в первый год обучения»

### **Создайте в семье условия, которые помогут ребенку адаптироваться в школе**

Провожайте и встречайте ребенка из школы с улыбкой. Говорите ему как можно чаще: «У тебя всё получится». Интересуйтесь его настроением, как он провел день.

### **Соблюдайте режим занятий и отдыха**

Не перегружайте дополнительными занятиями. Если вы хотите отдать ребенка в спортивную секцию, музыкальную школу, записать в кружок – сделайте это со второго класса.

### **Следите за состоянием и настроением ребенка**

Обращайте внимание на все его жалобы. Дети никогда не жалуются без причины. При малейших признаках нарушения здоровья обратитесь к врачу.

### **Научите правильно реагировать на успех и неудачи**

Не настраивайте ребенка только на успех, но и не запугивайте неудачами. Ребенок не должен панически бояться ошибиться. Невозможно научиться чему-то и при этом не ошибаться.

## **Верьте в ребенка**

Не относитесь к первым неудачам ребенка как краху всех надежд. Помните: ему очень нужна ваша вера в него.

## **Поддерживайте ребенка**

Если вы хотите, чтобы он вырос спокойным и уверенным в себе, хвалите его – даже за то, что он хорошо нарисовал крючок в прописи.

## **Критикуйте конструктивно**

Следуйте принципу «сэндвича»: похвала – критика – снова похвала.

## **Взаимодействуйте с классным руководителем**

Обсуждайте с ним проблемы обучения, если такие появились. Вместе ищите способы помочь ребенку.