



Как избежать стресса первоклашке

Пять советов родителям о том, как подготовить малыша к первому учебному дню.

1. «Ты у нас герой!» - под таким лозунгом должен пройти вечер 31 августа и утро первого школьного дня. Дайте ребёнку побольше самостоятельности: пусть сам выберет букет цветов и соберёт портфель.
2. В ночь перед 1 сентября первокласснику трудно уснуть. Он боится проспать, боится, что не положил в ранец нужную вещь, что родители забудут про школу. Чтобы спалось крепко и спокойно, погуляйте с малышом перед сном и позвольте ему самому завести будильник.
3. Праздник не получится, если перед уходом в школу вы будете торопить ребёнка, искать пропавшую вещь, в последнюю минуту гладить рубашку.
4. Не пугайте ребёнка «строгой, но справедливой» учительницей. Вторая часть фразы в его сознании отпадает, а первая может запомниться надолго.
5. На семейном торжестве после уроков расспросите первоклассника о том, чему его научили, с кем он познакомился и что нового увидел. Пусть он почувствует результаты первого «рабочего» дня.