

Как перестроиться на школьный режим после летнего отдыха

Чем раньше начнётся процесс подготовки к школьному режиму, тем легче будет ребёнку перестроиться на новый распорядок дня.

*За 2 недели до начала учебного процесса постепенно сдвигайте время подъема и сна. Это поможет организму физически настроиться на школьный процесс.

*Старайтесь меньше вспоминать о предстоящих школьных проблемах. Лучше вспомнить об увлекательных летних заданиях для детей, при этом не стоит заставлять ребенка насильно читать или что-то повторять. Мотивируйте ребенка тем, что если повторять хотя бы 2 темы в день, то в школе он будет самым подготовленным и успешным в классе.

*На начало учебного процесса ребёнок должен быть подготовлен и физически. Если есть повод или просто для профилактики до начала учёбы сходите с ребёнком к стоматологу, терапевту, лору, окулисту, хирургу и др.

*Обсудите увлечения ребенка и составьте график посещения кружков или дополнительных занятий.

* Покупки к школе лучше делать вместе. Приобретайте те товары, которые нравятся не только вам, но и ребёнку. Это вызовет желание как можно скорее пойти в школу в новой форме и удивить одноклассников оригинальными школьными принадлежностями.

*Организируйте семейный праздник накануне 10 сентября, тогда сложится позитивное отношение к началу учебного года.

Не забывайте поддерживать и подбадривать ребёнка, ведь поддержка родителей очень важна в любое время!