«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