

Як ви можете підтримати свою дитину в перші тижні навчання в школі

Продумайте регулярний розпорядок дня і дотримуйтеся його. Ви можете відштовхуватися від режиму обов'язкової дошкільної освіти.

Позначайте якомога більше особистих речей вашої дитини монограмою або позначкою, яку вона впізнає.

Готуйте перекуси разом з дитиною. Не забувайте про пиття, давайте дитині воду або інші несолодкі напої.

Переконайтеся, що ваша дитина приходить до школи щонайменше за 15 хвилин до початку занять.

Навчайте дитину підтримувати порядок в шкільному рюкзаку, який вона збирає під вашим наглядом відповідно до розкладу.

Домовтеся з дитиною, куди вона буде ходити – додому чи в групу продовженого дня, і хто буде забирати її зі школи.

Говоріть зі своєю дитиною. Цікавтеся тим, що відбувається в школі.

Не перевантажуйте дитину великою кількістю гуртків та занять за інтересами. Дайте їй час пограти та розслабитися.

Регулярний режим важливий для дитини не тільки під час вступу до першого класу. Це сприяє її почуттю безпеки та захищеності.

Коли дитина не може згадати, які речі належать їй, вчитель може допомогти їй легше їх знайти.

Відповідний перекус і достатня кількість рідини дадуть вашій дитині енергію, необхідну для навчання. Коли вона бере участь у приготуванні перекусів, у неї з'являється більше стимулів з'їсти їх. Спільне приготування також сприяє самостійності дитини.

Дитина спокійно підготується до уроків і матиме простір для спілкування з однокласниками.

Дитина має уявлення про свої речі. Вона вчиться відповідальності та самостійності. Вона не носить надмірно важкий рюкзак з речами, які їй не потрібні.

Дитина усвідомлює, скільки часу вона проводить у школі, і не переживає, що ви про неї забули.

Виявляючи зацікавленість, ви зміцнюєте емоційну стабільність дитини та її впевненість у собі. Розмовляючи з дитиною, ви розвиваєте її словниковий запас і комунікативні навички.

У школі дитина піддається навантаженням, до яких вона, можливо, не звикла. Їй потрібен час на себе і на відпочинок. Перевантаження може призвести до психологічних проблем.