

Как помочь ребенку включиться в учебу после летних каникул?

Подходят к концу летние каникулы и уже совсем скоро Ваш ученик снова пойдет в школу. Мы по себе знаем, как сложно бывает переключиться с отдыха на работу, особенно если отдых был длительный.

Рекомендации, которые помогут Вашему ученику быстрее войти в рабочий режим:

- В последние дни (а еще лучше неделю) каникул постепенно переводите ребенка на тот режим дня, который будет у него в течении учебы (спать укладывайте раньше, утром подъем также более ранний).
- С утра поддерживайте у ребенка хорошее настроение – назначайте приятные дела, избегайте нотаций.
- Все необходимое для школы – канцелярия, форма, обувь, т.д. лучше покупать вместе с ребенком, учитывая его мнение.
- В последний месяц каникул освежите память ребенка – просмотрите вместе прошлогодние тетради, учебники, повторите таблицу умножения (если это начальная школа), хорошо бы писать тексты, либо переписывать их регулярно, но не большими объемами.
- Вспомните друзей ребенка, если он с ними давно не виделся- м.б., стоит приготовить маленькие презенты, созвониться и встретиться.
- В первые учебные дни не критикуйте ребенка, не ругайте его за несобранность, лучше помогите организовать деятельность, поддержите в приготовлении уроков.
- Не забывайте, что лучше за что- то один раз похвалить, чем несколько раз поругать.
- Помните, что «вливание» в школьный режим происходит постепенно, в течении первых учебных недель.

03.09.15 г.
Ипаткин

медицинский психолог МБУЗ «Тихорецкая ЦРБ» Д.Н.