

## Родителям выпускников: как облегчить переход в школу

---

- Поддерживать адекватный режим, в котором есть место сну и отдыху
- Избегать перегружать ребенка большим количеством кружков и секций
- Предложить ребенку помощь или другой формат обучения, если нагрузка чрезмерна
- Поддерживать и хвалить ребенка
- Предлагать ребенку помощь только после того, как он сам попробовал сделать задание
- Рассказывать о том, как вы учились в первом классе, и о том, какие сложности были у вас
- Читать или рассказывать ребенку терапевтические истории о том, как дети возраста начальной школы справляются со своими сложностями
- Позаботиться о комфорте ребенка в его повседневной жизни помимо школы