Будите ребенка спокойно. Проснувшись, он должен увидеть Вашу улыбку и  услышать Ваш голос. Не торопитесь. Умение рассчитать время — Ваша задача. Если Вам это плохо удается, вины ребенка в этом нет. Не отправляйте ребенка в школу без завтрака. До школьного завтрака ему   придется много по­работать. Не прощайтесь, предупреждая и направляя: «Смотри, не балуйся!»,  «Чтобы сегодня не было плохих отметок!» Пожелайте удачи, найдите не­сколько ласковых слов. Забудьте фразу: «Что ты сегодня получил?» Встречая ребенка после школы, не обрушивай­те на него тысячу вопросов, дайте немного рас­слабиться, вспомните, как Вы сами чувствуете себя после рабочего дня. Если Вы видите, что ребенок огорчен, молчит — не допытывайтесь; пусть успокоится и тогда расскажет все сам. Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать взбучку. Постарайтесь, чтобы Ваш разговор с учителем проходил без ребенка. После школы не торопите садиться за уроки. Ребенку необходимо два часа отдыха (в первом классе не повредит час сна). Лучшее время для приготовления уроков — с16до18ч. Занятия вечерами бесполезны. Не заставляйте делать все упражнения сразу: 20 минут занятий — 10 мин перерыва. Во время приготовления уроков не сидите «над душой». Дайте ребенку работать самому. Если нужна Ваша помощь — наберитесь терпе­ния: спокойный тон, поддержка необходимы. В общении с ребенком старайтесь избегать ус­ловий: «Если ты сделаешь, то...» Найдите в течение дня хотя бы полчаса, когда будете принадлежать только ребенку. Выбирайте единую тактику общения с ребен­ком всех взрослых в семье. Все разногласия по поводу педтактики решайте без него. Будьте внимательны к жалобам ребенка на го­ловную боль, усталость, плохое самочувствие. Чаще всего это объективные показатели пере­утомления. Учтите, что даже «большие дети» очень любят сказку перед сном, песенку, ласковое поглажи­вание. Все это успокоит ребенка и поможет снять напряжение, накопившееся за день. И завтра с новыми силами и хорошим настроением ваш ребёнок пойдёт в школу.