

Физиологические условия адаптации ребенка к школе

- Изменение режима дня ребенка в сравнении с детским садом, увеличение физической нагрузки.
- Необходимость смены учебной деятельности ребенка дома
- Наблюдение родителей за правильной позой во время домашних занятий, соблюдение правил освещения рабочего места.
- Предупреждение близорукости, искривления позвоночника, тренировка мелких мышц кистей рук.
- Обязательное введение в рацион ребенка витаминных препаратов, фруктов и овощей.
- Организация правильного питания ребенка.
- Забота родителей о закаливании ребенка.
- Воспитание самостоятельности и ответственности ребенка.