

«Синдром 7 сентября»

- Общая раздражительность
- Сильная утомляемость
- Эмоциональная напряженность
- Беспокойный сон
- Нарушение всех функций организма
- Обострение хронических заболеваний

Внеклассная подсказка:

Что могут и должны сделать родители?

- Режим дня
- Сон 8 - 9 часов
- Активный отдых
- Никаких уроков перед сном
- Мобилизация психики
- Повышение уровня «ресурсности личности»
- Никаких уроков заранее