Тетрадь «дом — школа»

Страница на день. Ездит в рюкзаке: дома пишут утром, в школе или саду — после обеда.

Ребёнок _____

Дата _____

Из дома

Подпись _____

Сон ◯ хороший ◯ беспокойный ◯ короткий

Завтрак ◯ хорошо ◯ немного ◯ ничего

Что сегодня не как обычно? — перемены, гости, приём у врача, трудное утро

Вопрос к вам

Из школы или сада

Подпись _____

День в целом ◯ спокойно ◯ по-разному ◯ трудно

Еда ◯ хорошо ◯ немного ◯ ничего

Что получилось

Что было трудно — и что было прямо перед этим?

? Ваша догадка, если есть

Сообщение домой

Факты, а не ярлыки: «плакал 10 минут после учебной тревоги» помогает больше, чем «плохой день».

? Белые поля — то, что вы видели или слышали. Серые поля с ? — ваши догадки: пишите их как догадки («может быть..., не уверены»).

lookhowfar.com Можно свободно печатать и копировать — для семьи, школы или специалиста.