**ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

В 6–7 лет формируются мозговые механизмы, позволяющие ребенку быть успешным в обучении. Медики считают, что в это время ребенку очень трудно с самим собой. И тысячу раз были правы наши прабабушки, которые отправляли своих отпрысков в гимназии только в 9 лет, когда нервная система уже сформировалась.

Однако серьезных срывов и болезней можно избежать и сегодня, если соблюдать самые простые правила.

**☻Правило 1.**

Никогда не отправляйте ребенка одновременно в первый класс и какую-то секцию или кружок. Само начало школьной жизни считается тяжелым стрессом для 6–7-летних детей. Если малыш не будет иметь возможности гулять, отдыхать, делать уроки без спешки, у него могут возникнуть проблемы со здоровьем, может начаться невроз. Поэтому, если занятия музыкой и спортом кажутся вам необходимой частью воспитания вашего ребенка, начните водить его туда за год до начала учебы или со второго класса.

**☻Правило 2.**

Помните, что ребенок может концентрировать внимание не более 10–15 минут. Поэтому, когда вы будете делать с ним уроки, через каждые 10–15 минут необходимо прерываться и обязательно давать малышу физическую разрядку. Можете просто попросить его попрыгать на месте 10 раз, побегать или потанцевать под музыку несколько минут. Начинать выполнение домашних заданий лучше с письма. Можно чередовать письменные задания с устными. Общая длительность занятий не должна превышать одного часа.

**☻Правило 3.**

Компьютер, телевизор и любые занятия, требующие большой зрительной нагрузки, должны продолжаться не более часа в день — так считают врачи-офтальмологи и невропатологи во всех странах мира.

**☻Правило 4.**

Больше всего на свете в течение первого года учебы ваш малыш нуждается в поддержке. Он не только формирует свои отношения с одноклассниками и учителями, но и впервые понимает, что с ним самим кто-то хочет дружить, а кто-то — нет. Именно в это время у малыша складывается свой собственный взгляд на себя. И если вы хотите, чтобы из него вырос спокойный и уверенный в себе человек, обязательно хвалите его. Поддерживайте, не ругайте за двойки и грязь в тетради. Все это мелочи по сравнению с тем, что от бесконечных упреков и наказаний ваш ребенок потеряет веру в себя.

**Несколько коротких правил**

1.       Показывайте ребенку, что его любят таким, каков он есть, а не его достижения.

2.  Нельзя никогда (даже в сердцах) говорить ребенку, что он хуже других.

3.  Следует по возможности честно и терпеливо отвечать на любые вопросы ребенка.

4.  Старайтесь каждый день находить время, чтобы побыть наедине со своим ребенком.

5.  Учите ребенка свободно и непринужденно общаться не только со своими сверстниками, но и со взрослыми.

6.  Не стесняйтесь подчеркивать, что вы им гордитесь.

7.  Будьте честны в оценках своих чувств к ребенку.

8.  Всегда говорите ребенку правду, даже когда вам это невыгодно.

9.  Оценивайте только поступки, а не самого ребенка.

10.  Не добивайтесь успеха силой. Принуждение есть худший вариант нравственного воспитания. Принуждение в семье создает атмосферу разрушения личности ребенка.

11.  Признавайте права ребенка на ошибки.

12.  Думайте о детском банке счастливых воспоминаний.

13.  Ребенок относится к себе так, как относятся к нему взрослые.

14.  И вообще, хоть иногда ставьте себя на место своего ребенка, и тогда будет понятнее, как вести себя с ним.