**ПАМЯТКИ РОДИТЕЛЯМ от Ирины Алексеевны (из опыта работы)**

1. Ваши дети сегодняполучают гораздо больший объём знаний, чем их сверстники в 80-90 гг. в результате такой умственной перегрузки у нихможет наблюдаться хроническое умственное переутомление, и иногда для восстановления нужны не месяц, ни два, а года.Курсы подготовки к школе, студии развития, спортивные кружки и секции посещать обязательно нужно, но при этом соблюдать УМЕРЕННОСТЬ. Даже не смотря на то, что на сегодняшний день ваш ребёнок справляется со всеминагрузками, это не значит, что в дальнейшем всё будет точно так же, это может отразиться даже в школьном возрасте. Бывают случаи, что даже и в седьмом классе ребёнок, учившийся на 4 и 5, совсем бросает школу, со словами «надоело, ты меня затаскала по кружкам».

В связи с тем, что в данное время открывается много школ раннего творческого развития родителям надо быть внимательным к выбору. Вы должны определиться и выбрать вид деятельности для своего ребёнка:

1) Просто игровую деятельность;

2) Развитие художественных способностей;

3) Подготовку детей к школе;

4) Физическое развитие.

Нельзя посещать сразу несколько школ, даже дополнительные уроки по рисованию и музыке, хореографии и т.д. ведут к информационной перегрузке детей.

В возрасте 2-3х лет детям достаточно занятий в игровой форме один час утром два раза в неделю, при условии, что они не ходят в сад. Дети должны занимаются без пособий.

В возрасте 3-4х лет, детям достаточно занятий в игровой форме один час утром или вечером, два раза в неделю. Для детей вводиться только 1 пособие.

В возрасте 4-5 лет детям можно заниматься учебно-игровой деятельностью 1,5-2 часа два-три раза в неделю, если они не ходят в сад и 1-1,5 вечером, если дети посещают детский сад. Должны заниматься по одному пособию.

В возрасте 5-7 лет детям можно заниматься учебно-игровой деятельностью 2 часа в день, 2-3 раза в неделю, при условии, что дети не посещают детский сад и 2 раза в неделю, если дети посещают детский сад. Возможно введение 2-3 пособий.

После занятий обязательно наблюдать за поведением ребёнка:

Если систематически ребёнок трёт глаза, закусывает губки, жалуется на головную боль, на боли в животе, энурез, нарушение сна, заикание, чаще болеют – это перегрузка.

Самый лучший психолог для ребёнка – это мама.

2. Домашние задания нужны, т.к. это вырабатывает привычку выполнять их, ответственность в дальнейшем при выполнении их в школе. Для выполнения домашних заданий нужно отвести определённое место и время. Занятия будут более эффективными, если проводить их в утренние часы, сразу после завтрака, а вечером, сразу после ужина. Время занятий не должно превышать:

Для 2-3 летних детей – 5-7 мин;

Для 3-4 летних детей – 10-12 мин;

Для 4-5 летних детей – 15-20 мин;

Для 5-6 летних детей – 20-25 мин;

Для 6-7 летних детей – до 30 мин. (не более!)

Домашнее задание выполнять за несколько дней.

Не стоит заниматься, если ребёнок чем-то расстроен или плохо себя чувствует. К домашним заданиям, вызвавшим затруднения, следует возвращаться спустя некоторое время. Не огорчайтесь сами и не расстраивайте ребёнка, если он неправильно выполнит упражнение.

Верьте в успех вашего ребёнка. Вера в ребёнка творит чудеса!

3. У ребёнка должно быть свободное время – ото сна, от телевизора, от компьютера, тренировок, домашних заданий, даже от приёма пищи, хотя бы 1 час каждый день, лучше 2-3 часа.

Синяки под глазами, раздражительность, снижение зрения чаще начинается у детей, мало бывающих на свежем воздухе, и ведущих малоподвижный образ жизни.

Необходимо придерживаться следующего графика прогулок:

Дети с 2 до 3 лет обязательно должны гулять утром и вечером по 1 часу;

Для детей 3-6 лет прогулка на свежем воздухе должна составлять утором 1,5 часа, вечером 1 час;

Для детей 6-7 лет прогулка должна составлять утром 1,5 часа, вечером 1,5 часа.

Примечание: прогулка должна проходить на свежем воздухе(на детских площадках, в парке и т.д.), в одежде не стесняющей движений ребёнка. Посещение магазинов и торговых центров в общёе время прогулки не включается!!!!!!!

4. Если вашему ребёнку требуется логопед то, обращаться к нему нужно в возрасте 4,5-5 лет (если у него нет врождённых аномалий в речевом развитии), именно в этот период дети становятся наиболее чувствительными к восприятию фонематических конструкций (способность воспринимать и различать звуки речи.)

5. Чтобы подготовить ребёнка к поступлению в школу необходимо обеспечить прежде всего его:

• физическуюготовность ребёнка к школе что, подразумевает запас физических сил и умений распоряжаться ими в ходе учебной деятельности так, чтобы избежать ненужного переутомления, поддерживать работоспособность в течение всех уроков в школе.

•психологическая готовность – это необходимая положительная мотивация к учебным занятиям, умение справляться с трудностями,а также сформированная культура общения со сверстниками и взрослыми.

•Общеинтеллектуальная готовность подразумевает прочный запас знаний и представлений об окружающем мире, достаточный уровень развития внимания, памяти, мышления и речи, чтения и первые навыки письма.

К 6 годам у ребёнка развивается только психологическая и общеинтеллектуальная готовность к школе, а физическая готовность развивается только к 7 годам, поэтому, ребёнка отдавать в школу лучше с 7 лет.

На подготовительные курсы при школе я советую идти только в том случае, если их преподаёт учитель, который будет продолжать учить вас в начальной школе, если нет, то не стоит тратить на это время детей.

Ребенок это не сосуд, который надо наполнить, а огонь, который надо разжечь.

*С уважением, Ирина Алексеевна. Педагог высшей категории, пед. стаж 40 лет.*

**УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ,**

**ОБРАТИТЕ ВАШЕ ВНИМАНИЕ!**

**В школу в 6 или в 7 лет?**

Чтобы подготовить ребёнка к поступлению в школу необходимо обеспечить прежде всего его:

• физическую готовность ребёнка к школе что, подразумевает запас физических сил и умений распоряжаться ими в ходе учебной деятельности так, чтобы избежать ненужного переутомления, поддерживать работоспособность в течение всех уроков в школе;

•психологическую готовность – это необходимая положительная мотивация к учебным занятиям, умение справляться с трудностями, а также сформированная культура общения со сверстниками и взрослыми;

•общеинтеллектуальную готовность подразумевает прочный запас знаний и представлений об окружающем мире, достаточный уровень развития внимания, памяти, мышления и речи, чтения и первые навыки письма.

К 6 годам у ребёнка развивается только психологическая и общеинтеллектуальная готовность к школе, а физическая готовность развивается только к 7 годам, поэтому, ребёнка отдавать в школу лучше с 7 лет.

На подготовительные курсы при школе я советую идти только в том случае, если их преподаёт учитель, который будет продолжать учить ваших детей в начальной школе, если нет, то не стоит тратить на это время детей.