***Как помочь ребенку избежать некоторых трудностей***

**1. Организуйте распорядок дня:**

• стабильный режим дня;

• сбалансированное питание;

 • полноценный сон;

 • прогулки на воздухе.

**2. Развивайте самостоятельность у детей**

**Проверьте, как эти навыки развиты у вашего ребёнка!**

1. Самостоятельно или после напоминаний ребёнок исполняет каждодневные правила личной гигиены (чистит зубы, умывается, чистит обувь, одежду и т.д.).

2.Выполняет утреннюю гимнастику.

3. Может отказаться от вредных, нежелательных продуктов (жевательная резинка и др.)

4. Умеет проводить элементарную гигиеническую обработку продуктов (помыть яблоко, апельсин).

5. Умеет самостоятельно одеваться, быть опрятным.

6. Умеет содержать свои игрушки и вещи в порядке.

7. Умеет самостоятельно занять себя интересным делом.

8. Умеет отдыхать, восстанавливать потраченную энергию.

**3.  Формируйте у ребенка умение общаться:**

• обратите внимание на то, умеет ли ваш ребенок вступать в контакт с новым взрослым, с другими детьми, умеет ли он взаимодействовать, сотрудничать.

**4. Уделите особое внимание развитию произвольности:**

• учите ребенка управлять своими желаниями, эмоциями, поступками. Он должен уметь подчиняться правилам поведения, выполнять действия по образцу.

**5. Ежедневно занимайтесь интеллектуальным развитием ребенка.**

**6.  Тренируйте руку ребенка:**

• развитию мелкой моторики руки ребенка помогут рисование, штриховка, раскрашивание небольших поверхностей, нанизывание бусинок, пуговиц, лепка, определение вслепую формы предметов (сначала самых простых, потом можно усложнять), игры с мелкими предметами (мозаика).

**Внимание!** При выполнении любых письменных заданий следите за правильным положением ручки (карандаша), тетради, позой дошкольника! Рука не должна быть сильно напряжена, а пальцы - чуть расслаблены.

• копируйте фигуры. Это задание способствует развитию координации, умению правильно воспринимать фигуры, расположенные на плоскости листа, различать прямые, кривые, наклонные соблюдать соотношение штрихов и положения фигур между собой.

**Внимание!При выполнении графических заданий  важны не быстрота, не количество сделанного, а точность выполнения - даже самых простых упражнений.**

**Продолжительность работы - 3-5 минут, затем отдых, переключение и, если не надоело, еще 3-5 минут работы. Не переходите к следующим заданиям, если не освоено предыдущее, линии должны быть четкими, ровными, уверенными.**



***Секреты добрых отношений***

• Показывайте ребенку, что его любят таким, каков он есть, а не за его достижения.
• Будьте честны в оценках своих чувств к ребенку.
• Нельзя никогда (даже в сердцах) говорить ребенку, что он хуже других.
• Следует по возможности честно и терпеливо отвечать на любые вопросы ребенка.
• Старайтесь каждый день находить время, чтобы побыть наедине со своим ребенком.
• Учите ребенка свободно и непринужденно общаться не только со своими сверстниками, но и со взрослыми.
• Не стесняйтесь подчеркивать, что вы им гордитесь.
• Всегда говорите ребенку правду, даже когда вам это невыгодно.
• Оценивайте только поступки, а не самого ребенка.
• Не добивайтесь успеха силой. Принуждение есть худший вариант нравственного воспитания. Принуждение в семье создает атмосферу разрушения личности ребенка.
• Признавайте права ребенка на ошибки.
• Думайте о детских счастливых воспоминаниях.
• Помните, что ребенок относится к себе так, как относятся к нему взрослые.
• Относитесь к ребёнку, как к самому себе.
• Хотя бы иногда ставьте себя на место своего ребенка, и тогда Вам будет понятнее, как вести себя с ним.

Подготовила: Киселева Л.В.,

педагог-психолог МКДОУ №15

**Родителям будущих первоклассников**