**Как воспитать у ребёнка любовь к чтению?**

Большинство младших школьников любят читать, но сами выбрать книги не могут, поэтому важно, чтобы взрослые помогали им в данном вопросе. При выборе книг для своего ребёнка следите, чтобы они соответствовали его возрасту, были разнообразной тематики (сказки, рассказы о природе, о детях, стихи, приключения, научно-познавательная литература и др.) и обязательно учитывайте индивидуальные интересы своего сына или дочери. Также обращайте внимание на иллюстрации. Они должны быть яркими, «говорящими», то есть отражающими содержание произведения. При чтении книг с рисунками можно попутно задавать ребёнку вопросы типа: «К какому эпизоду подходит этот рисунок?», «Что художник изобразил, на твой взгляд, правильно, а что — неправильно?» Совместное рассматривание иллюстраций подтолкнёт маленького читателя к дальнейшему чтению.

ПОМНИТЕ: только в читающей семье растут читающие дети!

Ребёнок должен видеть, что жизнь его родителей немыслима без книг. Тогда они органично войдут и в его жизнь. Хорошо, если в семье есть традиция семейного вечернего чтения вслух или привычка чтения ребёнку перед сном.

После того как книга прочитана, обязательно побеседуйте о ней с вашим ребёнком: «Понравилась книга или нет? Почему?», «Что запомнилось, удивило, огорчило?», «Кто из героев понравился? Почему?», «Чему учит эта книга?» Такая беседа поможет ребёнку лучше понять содержание произведения, заставит его читать внимательно и вдумчиво, а главное — создаст хорошее настроение от доверительного общения с вами.

Вот ещё несколько советов, которые помогут вашим детям подружиться с книгой:

1. Приучайте ребёнка к книге с малолетства. Яркая книжка должна занимать почётное место среди игрушек. А часы, проведённые за чтением с родителями, должны запомниться малышу как самые счастливые. Но не пропустите момента, когда книга должна перекочевать из ваших рук в руки малыша. Этот переход обычно происходит в возрасте 7—8 лет.

2. Если ваш сын или дочь читает плохо, используйте кассеты с литературными записями и аудиодиски. Вначале ребёнок будет только слушать, но потом посоветуйте ему внимательно следить за читаемым текстом по книге.

3. Читайте вслух! Сначала можно читать с ребёнком по очереди (по строчке, по странице, по главе), но постепенно передавайте инициативу ребёнку, не забывайте хвалить его за выразительное чтение и артистизм.

4. Просите ребёнка делать рисунки к прочитанным книгам. Это разовьёт его воображение, научит слушать внимательнее, быть усидчивее.

5. Собирайте домашнюю библиотеку!

**Как делать уроки с младшим школьником?**

Главное — найдите способ заинтересовать ребёнка учёбой, превратите выполнение домашнего задания в увлекательное занятие, а не в ненавистную повинность (это могут быть игра-соревнование, придуманная вами вместе с ребёнком, игра-путешествие, моральное или материальное стимулирование).

Важно правильно организовать приготовление уроков: составьте с ребёнком распорядок дня и активно поощряйте за его выполнение; объясните ему, что от того, насколько он быстро и хорошо сделает уроки, зависит, сколько времени ему останется для игр и интересных занятий.

• Правильный распорядок дня требует, чтобы после школы ребёнок отдохнул, погулял и только после этого начал готовить уроки.

• Желательно, чтобы школьник садился за уроки в одно и то же время.

• Во время выполнения домашнего задания ребёнок не должен отвлекаться: выключите телевизор, компьютер, уберите игрушки со стола.

• Оговорите с ребёнком время, за которое он должен выполнить домашнее задание (поставьте перед ним часы). Такой приём поможет научить школьника ценить своё время, не отвлекаться.

• Подскажите ребёнку, что выполнять домашнее задание следует по принципу от простого к сложному, от устного задания к письменному (например, по русскому языку сначала надо выучить правило, а потом сделать письменное упражнение).

• Через каждые 15—25 минут (в зависимости от возраста школьника) делайте небольшой перерыв, во время которого ребёнок может выполнить несколько физических упражнений для снятия усталости мышц спины, глаз.

• Не устраивайте сцен, если ребёнок ошибся или грязно написал в тетради. Школьник не должен связывать выполнение уроков с неприятными эмоциями. Напротив, чаще хвалите ребёнка за удачно выполненное задание. Терпение, доброжелательный тон — важное условие успешной помощи маленькому ученику.

• Постепенно приучайте ребёнка к самостоятельности. Не сидите рядом с ним постоянно. Не спешите давать ему готовый ответ. Лучше подскажите, где искать этот ответ.

• Приучайте ребёнка к самоконтролю. Если заметили ошибку в тетради, не торопитесь показывать, где она, тем более не исправляйте. Пусть школьник попробует найти ошибку сам; вы только подскажите, на какой строчке она находится.

• Хорошо подумайте, целесообразно ли нагружать ребёнка дополнительными заданиями, заставлять его выполнять домашние уроки сначала в черновике, а потом переписывать в тетрадь. Ребёнок переутомляется, нередко начинает учиться не лучше, а хуже. Он теряет интерес к учёбе, которая становится для него скучным и тяжким трудом. Соблюдайте чувство меры!

• Проявляйте искренний интерес не только к отметкам, но и к тому, что ребёнку особенно нравится в школе, какие предметы он любит, а какие нет, какие у него одноклассники, с кем он дружит.

РОДИТЕЛЯМ НА ЗАМЕТКУ!

Если вы научите ребёнка хорошо и быстро выполнять домашнее задание самостоятельно, то, во-первых, он будет так же успешно работать на уроке, во-вторых, вы снимете с себя груз проблем, связанных с приготовлением уроков в средней школе.

**Каким должен быть режим дня младшего школьника?**

Соблюдение режима дня помогает ребёнку справиться с учебной нагрузкой, способствует укреплению его здоровья, защищает его нервную систему от переутомления.

Продолжительность сна детей младшего школьного возраста колеблется в пределах 10—12 часов. Даже незначительное, но систематическое недосыпание вредно сказывается на самочувствии и здоровье ребёнка. При организации сна следите, чтобы ребёнок ложился и вставал в определённое время (например, в 7.30 встаёт, значит, в 20.30 должен лечь спать). Приучайте его выполнять все положенные перед сном гигиенические процедуры, не разрешайте активных игр, не давайте плотного ужина, кофе, крепкого чая. В помещении, где засыпает ребёнок, создайте спокойную обстановку: выключите яркий свет и телевизор, прекратите громкие разговоры.

Утренняя гимнастика способствует вхождению в ритм рабочего дня. Проводиться она должна не от случая к случаю, а регулярно. Организуйте спортивный уголок, приобретите специальный инвентарь, включите ритмичную музыку, сами выполните несколько упражнений, и тогда зарядка для ребёнка скоро станет приятной привычкой.

При организации питания ребёнка обращайте внимание не только на качество и калорийность пищи, но и на правильный режим питания, то есть приём пищи в течение дня в строго определённое время.

Ребёнка 7—10 лет рекомендуется кормить не реже четырёх раз в день, примерно через каждые 3 — 4 часа. Утром он должен получать горячий завтрак. Обед — в строго определённое время, обязательно с первым блюдом. Ужин должен быть лёгким, и давать его следует за 1—1,5 часа до сна. В школе ребёнок обязательно должен получать горячий завтрак, а не булочку с чаем, при продлённом дне — завтрак и обед. Постоянно напоминайте ребёнку, что нужно мыть руки перед едой, не есть немытых фруктов и овощей, кушать аккуратно, тщательно пережёвывая пищу.

Отдых должен быть активным. После нескольких часов работы за школьной партой ребёнку необходимы пребывание на свежем воздухе, подвижные спортивные игры. Прогулка желательна и после приготовления домашних заданий.

В режиме дня должны быть предусмотрены строго определённые часы для выполнения домашних заданий. Для второклассника это время не должно превышать одного часа, для третьеклассника — полутора часов, для четвероклассника — двух часов. Оптимальное время для выполнения домашних заданий: 15.00—17.00.

Не забудьте включить в режим дня школьника посещение кружков или спортивных секций, выполнение домашних поручений.

Чтобы ребёнок привык соблюдать режим дня, составьте его вместе с ним, согласуйте все требования, в первые недели помогайте ему осваиваться, не поощряйте необоснованного невыполнения режима и обязательно хвалите ребёнка за его старание, прилежание.