**Как перестроить ребенка с каникул на учебу-**

**полезные советы**

1. *Начинать надо с режима дня.*
Настраивать ребенка на учебный ритм. Укладывать спать вовремя. Компьютеры и просмотр телевидения ограничить и перенести на дневное время. Подъем — в семь-восемь утра, зарядка, завтрак. Не забывать о прогулках детей на свежем воздухе после уроков. Помните, что собирать рюкзак дети должны самостоятельно.
2. *. Что ребенку говорить о школе?*
Самое главное — настроить ребенка на позитивное восприятие. Не стоит заранее «накручивать» себя и ребенка. В начальные классы дети приходят открытые и светлые. Надо в них это поддерживать дома: интересоваться, что понравилось, что нового узнал... Проблемы решать по мере поступления, а не «притягивать за уши», кодируя ребенка на неудачи.
Ни в коем случае нельзя обсуждать и осуждать учителей. Это табу. Для начальных классов учитель -авторитет. Психологически он на какое-то время даже отодвинет на второй план пап-мам. Иногда родители по секрету просят классного руководителя что-то подсказать своим Паше или Маше: знают, что слово учителя для ребенка закон.
3. *Как настроить на учебу строптивого ребенка?*
Во время гормональной перестройки дети по-новому расставляют приоритеты. В это время родители зачастую теряют авторитет: ребенок жаждет вырваться из-под опеки. И тут хорошо, если ребенок по-настоящему уважает кого-то из учителей, — к нему лучше всего и апеллировать. Методы воздействия на сознание тут самые разные — от разговоров и внушений до жестких мер: не будешь учиться — отлучим от компьютера, запретим заниматься любимым спортом, оставим дома на каникулах. Этот долгий процесс требует огромного терпения.
4. *Как ответить на вопрос: зачем учиться?*
Абстрактные заявления «Будешь учиться — заработаешь много денег» бессмысленны. Ценность денег дети понимают, лишь, когда начинают зарабатывать. Дети сами должны всерьез задуматься о ценности учения.
Самая действенная мотивация — живой пример родных, друзей или просто известного успешного человека. Гордость за семью, успехи мам-пап, бабушек-дедушек, желание продолжить их дело, быть успешными надо культивировать с ранних лет.
5. *Насколько интенсивно загружать ребенка кружками и секциями?*
Лучше меньше, да лучше. Не надо устраивать ребенка везде и сразу. Он устает. Нельзя навязывать свои предпочтения и нереализованные мечты своего детства. Расспросите, что нравится самому ребенку, — инициатива должна исходить от него. Оптимально — два-три занятия в неделю по часу. Хорошо, если активности полярны: например, сочетать рисование или музыкальную студию, танцы и иностранный язык. Ребенку предстоит учиться 11 лет, его интересы с возрастом меняются.

 *Будьте терпеливы к своим детям!*

*Успехов!*