***Памятка для родителей***

***СИГНАЛ «НУЖНА ПОМОЩЬ»***

***Некоторые ошибки свидетельствуют о незрелости структур головного мозга. Если вы заметили их у своего ребёнка, и ошибки такого рода не единичны, обязательно обратитесь специалисту:***

* Отсутствие пропусков между словами и предложениями.
* Несоблюдение границ полей в тетради и правил переноса.
* Зеркальное письмо: буквы ***в, э, з****,* цифры ***5, 4, 3,*** перевёрнуты в другую
* сторону.
* Повторение одной и той же буквы *(«пироп»* вместо «пирог»).
* Замена букв по кинетическому сходству *(б-д* – *колодок вместо* колобок*; ж-х – мужомор* вместо мухомор*; и-у – клумат* вместо климат*; т-п – пигр* вместо тигр*, л-м – лалина* вместо малина*).*
* Ошибки в ударных слогах *(учетелъ* вместо учитель*, южик* вместо ёжик*).*
* Пропуск букв, не дописывание слов и букв, перестановка слогов *(гамазин*
* вместо магазин*).*
* Забывание редко встречающихся букв (*ъ, щ, ю)*.

***Памятка для родителей***

***Как помочь ребёнку справиться со школьными нагрузками***

***Повышенная  утомляемость, низкая работоспособность, рассеянное внимание, трудности самоконтроля – признаки школьной дезадаптации, которые часто наблюдаются у детей с ослабленным здоровьем и нарушениями речи. Эти проблемы значительно затрудняют процесс обучения. Но справиться с ними можно, если придерживаться следующих рекомендаций:***

* Соблюдайте режим дня. Отводите на сон столько времени, сколько ребёнку необходимо для восстановления сил, но не меньше 9 часов.
* Нельзя наказывать ребёнка лишением прогулки. Игры на свежем воздухе необходимы как для физического, так и для умственного развития.
* Очень полезно каждое утро растирать ребёнку шейную и затылочную зоны жёстким полотенцем.
* Приучите сына или дочь каждое утро принимать контрастный душ. Не прибегайте к авторитарным методам, чтобы искоренить в ребёнке страх сделать ошибку.
* Доброжелательная обстановка в семье, уважение к личности ребёнка, внимание к его проблемам – основы вашего взаимопонимания и сотрудничества.
* Очень полезен белый цвет, как в одежде и игрушках, так и в окружении (снегопад, прогулки по зимнему лесу).
* При утомлении заваривайте лавровый лист и ставьте его на письменный стол.
* Важнейший регулятор физического и умственного развития – йод.  Проконсультируйтесь с врачом: возможно, вашему ребёнку необходимы витамины йодсодержащие препараты.