

## «Необходимое время для занятий дома»

1. Заниматься нужно каждый день, по возможности и самочувствию ребёнка, лучше с утра, в течение 30-40 минут.
2. Обязательно чередуйте игры за столом и двигательную активность.
3. Начинайте постепенно – с 10-15 минут, каждый день увеличивая время занятий на 5 минут, пока не дойдёте до 40 минут.
4. В конце занятия лепите или рисуйте красками, выполняйте релаксационные упражнения.
5. В течение дня вместе с ребёнком прислушивайтесь к звукам, обращайтесь на них внимание. У малыша весь день должна быть возможность общаться с вами или его ровесниками, на прогулке, детской площадке, у бабушки.
6. Говорите с ребёнком чётко и ясно, простыми предложениями, например, «Сейчас мы идём гулять! Будем одеваться!»
7. У ребёнка должен быть выстроен режим дня. Занятия проводите примерно в одно и то же время, тогда ребёнку будет легче.