***Консультация для родителей***

***Как выбрать дополнительные занятия по характеру ребенка***

Какие кружки и секции подойдут именно вашему ребенку?

Чтобы не ошибиться с выбором детских кружков и секций и не жалеть в дальнейшем о потерянном времени и деньгах, обратите внимание на характер ребенка. Что действительно принесёт малышу пользу и радость, а что вызовет только стресс и огорчение?   
Родителям не стоит особо увлекаться своими амбициями, при выборе дополнительных занятий спросите и мнение ребенка. Для этого предложите ему несколько вариантов на выбор, учитывая особенности детского темперамента, тогда у вас будет больше шансов его заинтересовать. Присматривать кружки лучше заранее, чтобы у ребенка была возможность сходить на несколько занятий и попробовать определить самостоятельно, нравится ему или нет.

***4 типа темперамента***

**Ребенок-холерик**

Этот малыш активный и решительный. Он храбро идёт в тёмную комнату, не замечая опасности, несётся к улице с оживленным движением, смело лезет на высокое дерево. Когда другие дети отступают, холерик упорно стремится к неизвестному.

Он очень энергичен и любознателен, но довольно агрессивен. Часто холерики неспособны понять чужую боль и обиду. Толкнуть малыша на детской площадке, отобрать игрушку, затеять драку — для холерика это обычное дело.   
«Холерики намного активнее всех остальных темпераментов. Они вспыльчивы, плохо контролируют свои эмоции, настроение у них меняется со скоростью света.

Для таких детей выбирайте кружки, которые направят неуемную энергию ребенка в правильное русло. Для холериков можно порекомендовать спортивные секции: атлетику, гимнастику, командные виды спорта (футбол, хоккей, волейбол) — это поможет им научиться работать в команде и «чувствовать» другого человека. Отличный вариант для них — плаванье. Чередование вдохов и выдохов научит холерика расслабляться и лучше управлять своими чувствами. А вот от бокса

и других единоборств лучше отказаться.  
  
«Неутомимый» холерик нуждается в более щадящем режиме, поэтому желательно ограничивать все, что возбуждает нервную систему, особенно во второй половине дня и перед сном». 

**Ребенок-сангвиник**

Ребенок-сангвиник — это заводила, выдумщик, фантазер. Он подвижный и общительный. Его любят взрослые и обожают дети. На детской площадке он всегда в центре внимания. Если кто-то придумал новую игру, от которой все в восторге, то это, скорее всего, был сангвиник.

Сангвинику невыносима «рутина» и он быстро теряет интерес в такой обстановке, поэтому ребенку нужна частая «смена декораций». Распыленность интересов — одна из черт сангвиника, поэтому будьте терпеливы и готовы к тому, что ребенок поменяет несколько кружков, прежде чем остановится на одном.

Для дополнительных занятий предложите сангвинику театральную студию, драмкружок, танцы или пение. Если речь идет о спорте, то лучше попробовать командные виды: футбол, баскетбол, хоккей, — так как активный ребенок не может

жить без постоянного общения. 

**Ребенок-флегматик**

Он уравновешенный, медлительный, терпеливый, рассудительный, малоподвижный, часто пассивный. «Черепашки» — так ласково называют своих флегматичных малышей мамы. Флегматики живут в своем собственном ритме, по своему собственному распорядку дня, любой сбой может серьезно расстроить ребенка.

Флегматикам понравятся кружки по моделированию, конструированию, проектированию. Девочки с удовольствием займутся вышиванием, шитьем, бисероплетением, лепкой из глины или пластики. Мальчикам наверняка захочется ходить на выжигание, резьбу по дереву или рисование.

Что касается спорта, то наиболее удачными для них станут восточные единоборства, шашки, шахматы, детская йога — все те секции, где не нужно быстро принимать решение и есть время на обдумывание следующего хода.

Не торопите и не подгоняйте ребенка-флегматика, не сравнивайте его с другими,

поощряйте активность, помогите найти друзей. 

**Ребенок-меланхолик**

Меланхолики очень нежные, тревожные, застенчивые. Это добрые и чувствительные дети, которые никогда не дадут «сдачи», не полезут в драку, не обидят товарища. Они переживают, когда у кого-то произошла неприятность. Когда же у самого ребенка-меланхолика случается что-то плохое, для них это настоящая трагедия — они любят «раздувать из мухи слона». Событие, которое холерику покажется пустяком, меланхолика может довести до истерики.

Неуверенных в себе и мягких меланхоликов лучше всего записать в художественную или музыкальную школу, на иностранные языки или в любые творческие кружки, где не нужно быть в центре внимания.

Ребенок-меланхолик тяжело воспринимает перемены и очень болезненно реагирует на критику, поэтому как можно чаще хвалите его за активность и самостоятельность. Его практически невозможно «перехвалить».

Такие дети неуютно чувствуют себя в командных видах спорта. Они слишком ранимы и робки для боевых искусств, а монотонные занятия вроде гребли, тенниса или бадминтона часто кажутся им утомительными и бессмысленными.

Однако лишать ребёнка физической нагрузки не стоит.

Так как меланхолики в большинстве своём — нежные дети с хорошо развитым эстетическим вкусом, им подойдут такие спортивные занятия, как йога, коньки, лыжные прогулки или плаванье. Кроме того, ребенок-меланхолик хорошо ладит с животными, поэтому его могут увлечь биологические кружки типа «Юный натуралист» или конный спорт.