

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«ВОСПИТАНИЕ УСИДЧИВОСТИ У ДОШКОЛЬНИКОВ»

УСИДЧИВОСТЬ-это способность человека сосредотачиваться на каком-либо деле в течение нужного времени. Человек не рождается усидчивым, это качество развивается в нем в процессе взросления. Одной из составляющих усидчивости является внимание. Однако просто быть внимательным недостаточно. Чтобы быть усидчивым ещё необходимо уметь контролировать себя и свои действия.

Неусидчивый ребенок зачастую доставляет много хлопот своим родителям. Такой ребенок не может долго сидеть и заниматься одним делом. Часто он бросает свои игры и занятия так и не доделав их до конца и уже готов браться за новые.

Как научить ребенка быть усидчивым? Этот вопрос волнует многих родителей.

Маленький ребенок не может сам управлять вниманием и контролировать свое поведение, его легко отвлечь, быстро переключить с одного занятия на другое. Внимание малышей произвольно, неустойчиво.

Поэтому задача родителей помогать своим чадам формировать усидчивость, способность доводить начатое дело до конца в игровой форме.

СПРАВКА!!! Согласно принятым нормативам способность к длительной концентрации внимания меняется в зависимости от возраста. Дети 4-5 лет могут оставаться внимательными и сосредоточенными не более 20-25 минут подряд, в 5-6 лет этот показатель увеличивается до 25-30 минут.

Если Вы приняли решение развивать в ребенке усидчивость и приучать его не бросать работу на половине пути, старайтесь избегать недовольства ребенка и конфликтов с ним.



Вот несколько правил, которым необходимо следовать:

- ✓ Очень важно соблюдать режим дня, выполняя одни и те же действия в определенное время.
- ✓ С самого раннего возраста с малышом надо много разговаривать: рассказывать, показывать что-то.
- ✓ Не давайте ребенку сразу много игрушек. Обилие игрушек будет его только отвлекать. Если у вас много игрушек, оставьте ребенку 2-3 игрушки и обязательно покажите малышу как с ними играть. Остальные уберите на время, а потом меняйте их местами.
- ✓ Во время игры или занятия нужно выключать музыку, телевизор, чтобы ребенка ничего не отвлекало, и он мог сосредоточиться.
- ✓ Смотрите, чтобы ребенок доводил начатое дело до конца. Это очень важно. Если вы видите, что ребенок уже устал, можно сделать перерыв или отложить занятие, но потом обязательно вернуться к нему и закончить.
- ✓ Приучайте ребенка убирать за собой игрушки и свое рабочее место.
- ✓ Не забывайте хвалить ребенка за успехи. Если у него что-то не получается с первого раза, напомните ему пословицу «Терпение и труд – все перетрут» и конечно же объясните в чем ее смысл.

Когда у ребенка что-то не выходит, он конечно хочет бросить начатое и переключиться на другое занятие.

Ругать его за это нельзя, нужно помочь вернуть интерес к прерванному делу.

Не стоит критиковать ребенка, сравнивать его с другими детьми (не в пользу ребенка).

Нужно показать ему как можно решить проблему, объяснить, что ошибки допускает каждый человек когда чему-то учится, и это вполне нормально.



эффективные упражнения для развития усидчивости у детей

- **Пазлы.** Уже с 2-летнего возраста можно давать ребенку собирать пазлы из 4-6 частей. К 5 годам ребенок уже вполне может справиться с картинкой из 54 деталей. Тематика картинки должна соответствовать интересам ребенка.
- **Раскрашиваем карандашами, мелками или красками.**
- **Готовим еду вместе с малышом.** Или любой домашний труд, но безопасный для малыша.
- **Читаем длинные, но очень интересные сказки.** В пять лет мальчики и девочки уже помнят содержание страницы, прочитанной вчера. Перед началом новой главы повторите вкратце вчерашнюю, чтобы освежить в памяти сюжет. Только не стоит читать несколько книжек параллельно: мы же учим доводить начатое до конца.
- **Не забываем о поделках из бумаги, пластилина, природных материалов.** По собственному замыслу или образцу из журналов можно создавать интереснейшие поделки. Послужит результат семейного труда не только в качестве декорации, но и как игрушка.
- **Ищем отличия между двумя картинками.** Интереснейшее и полезнейшее занятие, которое можно выполнять с листа или на компьютере. При этом важно проговаривать найденные отличия, развернуто комментировать: «На правой картинке у лисенка хвостик поднят, а на левой опущен». Со временем ребенок тоже научится давать подробные объяснения.
- **Собираем украшения своими руками.** Работа с нитками, леской, бисером, застежками и прочими элементами бижутерии всегда кропотлива и обязывает к усидчивости, аккуратности.
- **Конструируем вместе с ребенком по образцу или произвольно.** Для создания красивой картинки или оригинального здания ребенок потратит немало времени. Подобрал и рассмотрев нужные детали, он будет соединять элементы, что заставит его надолго зафиксировать свое внимание на интересной задаче, но результат непременно порадует.
- **Сортируем крупы, бусины, стеклянные камешки, другие мелкие предметы.** Очень полезное упражнение для мелкой моторики, глазомера, усидчивости и внимательности.
- **Играем со счетными палочками.** Буквы, числа, геометрические фигуры, дорожки для гоночных машинок, контуры домиков – из одного-двух наборов палочек выкладываются целые композиции.
- **Подвижные игры** «Море волнуется», «Совушка». А также «Молчанка», «Чудесный мешочек».

ЖЕЛАЕМ ВАМ УСПЕХА!