

Консультация для родителей на тему: «Воспитание усидчивости у детей»

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. Первые проявления **усидчивости у детей** проявляются еще в младенчестве, когда малыш начинает узнавать близких людей, и может сосредоточить недолгое время удерживать свой взгляд на маме или папе. Одной из составляющих усидчивости является внимание. Можно сказать, что эти качества тесно взаимосвязаны друг с другом. Когда ребенок занят чем-то, внимательно смотрит на что-либо или слушает- значит, в этот момент он усидчив. Но для усидчивого человека не достаточно всего лишь быть внимательным. Необходимо уметь контролировать себя, свои действия.



Усидчивость означает - доведение начатого до конца.

А если ваш ребенок начинает играть в игру, рассматривать книгу, рисовать, и бросает все это не закончив, перескакивая с одного дела на другое – это говорит о неусидчивости.

Сразу скажем, что это качество редко присуще детям. Почему? Во-первых, ребенку уже могли надоесть привычные игры, в которые он играет изо дня в день, и ему хочется чего-то нового. Во-вторых, причины неусидчивости могут крыться в нарушении деятельности центральной нервной системы. Малыш чрезмерно активен, не может усидеть на месте ни минуты, даже во время еды вскакивает из-за стола, болтает руками и ногами. Такое поведение совсем необязательно обусловлено нервным расстройством, возможно, это всего лишь проявление его бурного темперамента. Но если к этому прибавляется плохой сон ребенка, он легко возбудим, подвержен частым и быстрым сменам настроения, вероятно, все-таки стоит обратиться за консультацией к психологу и невропатологу.

У детей младшего дошкольного возраста, неусидчивость может развиваться из-за неуверенности в себе. Если ребенок один раз допустил ошибку, и получил за нее выговор, очень может быть, что больше он не захочет браться за какое-то дело из-за страха снова получить порицание. Родители, бывают, виноваты в этой проблеме, из-за того, что мало хвалят ребенка, и напротив, делают ему слишком много замечаний. Такие **страхи** как страх перед неудачей, перед неуверенностью в собственных силах могут спровоцировать развитие неусидчивости.

Чтобы воспитать в ребенке усидчивость и внимательность, стоит придерживаться следующих простых советов:

-Важно всегда придерживаться строгого распорядка дня, так как именно таким образом ребенок сразу будет приучаться к понятию того, что именно так будет правильно.



- Не стоит забывать о том, что для полноценного роста и развития ребенка, он нуждается в активных играх на свежем воздухе. Родителям надо предоставлять ребенку возможность выплеснуть всю скопившуюся энергию – накричаться, прыгаться, набегаться, пообщаться со сверстниками.



- Нужно постоянно предлагать ребенку разнообразные игры, которые требуют повышенного внимания, а также усидчивости малыша (к примеру, лепка, апплицирование, рисование, конструкторы, пазлы). Если поставленная задача оказалась для ребенка слишком сложной, необходимо разбить ее на несколько частей и дать малышу короткие инструкции для ее выполнения.



- В обязательном порядке сводится к минимуму время просмотра телевизора и игры за компьютером. Вместо этого можно предложить малышу более интересные и полезные занятия.



- Надо постоянно учить ребенка складывать на свои места все игрушки, так как с младшего возраста, а он должен приучаться к порядку.



- В случае если у ребенка наблюдается повышенная эмоциональность, стоит использовать простые упражнения, направленные на расслабление.



Развитию усидчивости и внимания способствуют следующие игры:

«Съедобное-несъедобное.»

Всем известна эта детская игра с мячом. **Эта игра развивает и внимание и воображение.**

«Найди отличия»

Показываем ребенку два похожих рисунка или игрушки и просим найти отличия. Для начала лучше брать простые и крупные рисунки с явными отличиями, чтоб ребенок быстро и без проблем смог их найти. А потом с каждым последующим разом рисунок можно усложнять.

«Чего не стало?»

«Берем несколько игрушек и рассматриваем их вместе с ребенком, а потом просим малыша закрыть глаза и одну из игрушек убираем. Ребенок должен понять ,какой игрушки не стало.

«Тепло – холодно»

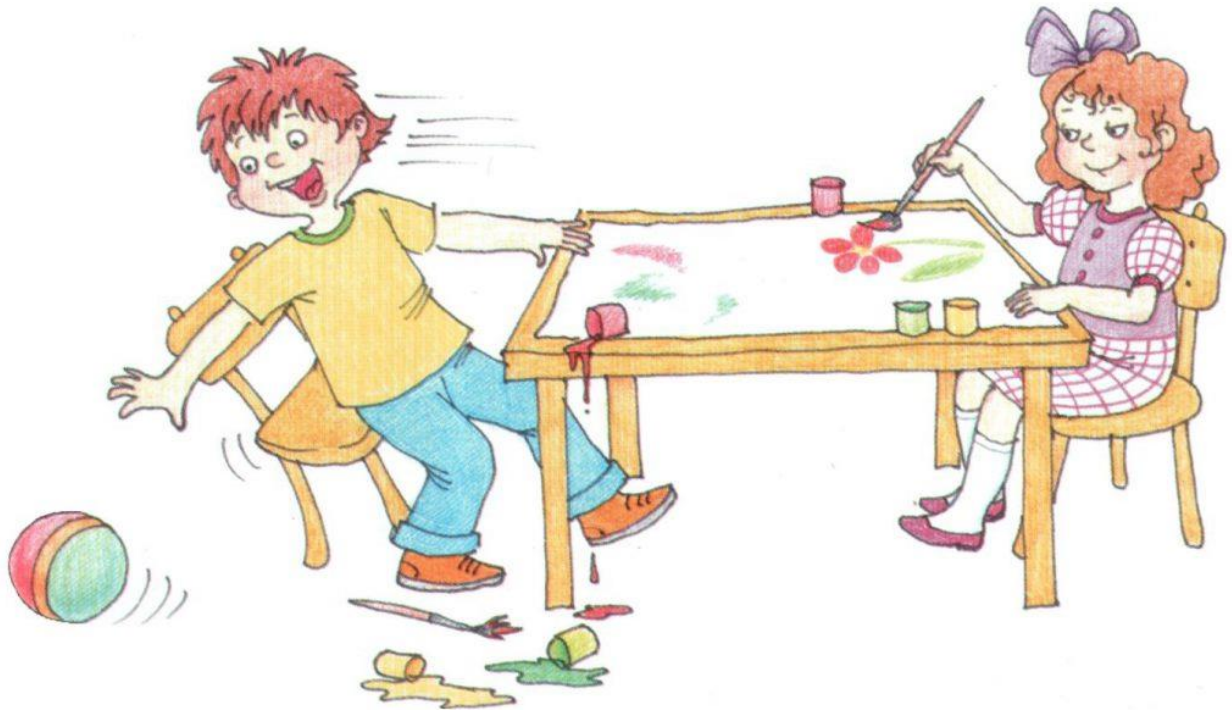
Подобная предыдущей, игра тоже хорошо развивает внимание. Главное, терпеливо подсказывать ребенку, в каком направлении искать пропавший предмет.

Также для развития усидчивости нам помогут такие занятия как:

Лепка. Пластилин развивает мелкую моторику рук. А вместе с родителями ребенку понравится лепить животных и сказочных персонажей. Будьте внимательны при подборе пластилина — смотрите возрастные ограничения!

Занятия с пазлами и мозаикой. Эти игры хорошо способствуют развитию мелкой моторики, усидчивости и развитию фантазии. Из мозаики можно собирать рисунки и целые картины, а пазлы дают ребенку возможность собрать уже готовое изображение.

Рисование и аппликация. Для начала можно нарисовать простую фигуру и попросить ребенка раскрасить ее, не выходя за контур, со временем усложняя рисунок. Так же и в аппликации — для начала можно из деталей наклеивать дом, машину, постепенно усложняя изображение.



Наберитесь терпения, ведь приучить ребенка к усидчивости – это довольно сложная задача. К тому же ребенок берет пример с Вас, родителей, поэтому надо учитывать, что и Вы, взрослые должны выполнять те же правила, что и Ваш ребенок.

