КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«УСИДЧИВОСТЬ – ЧТО ЭТО ТАКОЕ?....»

Читая анкеты родителей малышей, очень часто встречаю фразу: «Хочу, чтобы мой ребенок был более усидчивым!»

Возникает вопрос, насколько корректно такое желание родителей 2-х летних малышей…

*Усидчивость - это****умение произвольно сосредоточиться на чем-то интересном или даже неинтересном и способность в течение определенного периода времени сохранять высокий уровень внимания****.* Это основа основ для правильного психологического взросления. И, важно понимать, что если ребенок постоянно отвлекается, неусидчив, не доводит начатое до конца, то это не просто стремление ребенка сделать все «на зло» или черта характера.

Многие взрослые считают усидчивость особенностью темперамента малыша. Но ее также можно рассматривать как навык, который можно приобрести или развить. К тому же, родителям следует понимать, что усидчивость появляется с возрастом, и выработать ее за несколько недель невозможно. Развитие этого «навыка» требует терпения, выдержки и выполнения некоторых правил, позволяющих изменить отношение малыша к происходящим вокруг событиям.

Развитие усидчивости у ребенка возможно **при следующих условиях:**

* **Занятия соответствуют возрасту и интересам ребенка.**
* **В семье принято завершать все начатые дела.** Чтобы ребенок понял важность завершения процессов, взрослым необходимо подать правильный пример.
* **Спокойствие и терпение.** Дети дошкольного возраста не понимают, почему родители ругают их за проявление интереса к вещам, не имеющим отношения к текущему занятию. Соответственно, попытки воспитать усидчивость «кнутом» не дают ожидаемых результатов, а лишь приводят к развитию стресса у ребенка и усугублению ситуации.
* **Отсутствие жестких ограничений детей 3−4 лет.** В этом возрасте малыши наиболее любопытны — их интересует все окружающее. Отрезав или ограничив доступ к новому, родители лишают детей возможности познавать мир. *Требовать усидчивости все же стоит у малышей постарше — в возрасте 5−6 лет.* В этот период они уже способны осознанно концентрировать внимание.

Родителям важно знать, что *существуют возрастные нормы концентрации внимания, которые связаны с этапами развития мозга и нервной системы.* Нельзя требовать от двухлетнего крохи, чтобы он в течение часа рисовал, собирал пазлы или играл с лего.

Степень усидчивости ребенка в зависимости от возраста:

* в два-три года кроха может складывать кубики, собирать пирамидку или играть с сортером 10 минут;
* в возрасте трех-четырех лет малыш может около 15 минут рисовать, лепить, собирать пазлы;
* в четыре-пять лет ребенок может играть в развивающие игры, делать аппликации, выкладывать мозаику, слушать аудиокнигу около 20 минут;
* в пять-шесть лет малыш способен до получаса раскрашивать, выполнять задания и упражнения в прописях, заниматься творческой деятельностью.

Чтобы тренировать способность концентрироваться на одном занятии, предлагайте ребенку:

* собирать пазлы;
* выкладывать мозаику;
* раскрашивать раскраски;
* рисовать мелками и карандашами;
* лепить из пластилина и теста;
* делать поделки из бумаги;
* решать логические задачи;
* играть с конструктором;
* читать и обсуждать сказки.

**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.

Информацию подготовила воспитатель первой квалификациооногй категории МДОУ «Детский сад №75», Калинина В.В.

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2019/03/14/vospitanie-usidchivosti-u-detey>

<https://abakus-center.ru/blog/kak-razvit-usidchivost-u-rebenka>