



КАК ВОСПИТАТЬ УСИДЧИВОСТЬ У РЕБЕНКА.

Воспитатель Зубакова Наталья Юрьевна.

С каждым годом малыш становится активнее и усидеть на одном месте для него становится нелегко и скучно. Ребёнку 4-6 лет нелегко быть внимательным и усидчивым. Это обусловлено возрастными особенностями. Ребёнок не рождается внимательным и усидчивым, эти качества необходимо в нём развивать с самого раннего детства. Ему не всегда удастся дослушать сказку до конца, в течении десяти-пятнадцати минут заниматься каким-то одним делом, тем более, если появляются отвлекающие факторы, на которые сразу же переключается внимание ребёнка. Например, ребёнок с интересом слушает рассказ мамы, открыв рот, но вот в комнату вбегают старший брат и начинает играть в машинки – всё, рассказ мамы потерял для него всякий интерес, и он уже присоединяется к брату, чтобы поиграть вместе.

Почему родителей должен интересовать вопрос, как воспитать усидчивость у ребенка?

Потому что именно усидчивость во многом определяет способность малыша к обучению. Чтобы изучаемый материал эффективно усваивался и запоминался, необходимо сконцентрировать внимание и сохранять терпение. Если же малыш будет постоянно отвлекаться и стремиться переключиться на другие занятия, процесс обучения не даст ожидаемых результатов. Формированию и развитию дисциплины, самостоятельности, вниманию следует уделять время и силы уже тогда, когда малыш ходит в детский сад. У внимательных и усидчивых детей отмечаются успехи в учёбе, их развитие на ступень выше своих рассеянных сверстников. Почему одни дети усидчивые, наблюдательные и умеют сосредотачиваться, а другие постоянно пребывают в рассеянности? Каждый ребёнок индивидуален, он рождается с определёнными природными задатками и способностями. Одни дети более активны, другие – пассивны, одни – молчаливы, другие – болтливы. Это обусловлено во многом нервной системой ребёнка. Поэтому если малыш рождён рассеянным и неусидчивым, то его нельзя в этом упрекать, а стараться помочь развить эти качества. Но при этом стоит помнить, что у каждого ребёнка существует верхний предел своих возможностей, и требовать от него чего-то большего будет просто бесполезно. Задача родителей, помогать своему ребенку, формировать усидчивость. Многие взрослые считают усидчивость особенностью темперамента малыша. Но ее также можно рассматривать как навык, который можно приобрести или развить. «Сломать» привычку ребенка отвлекаться не так просто — нужно во многом пересмотреть его образ жизни, график дня и даже список занятий. 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.

Внимание и усидчивость тесно связаны друг с другом.

Если ребёнок внимательный, то он может кропотливо заниматься одним делом. Если ребёнок усидчивый, то его внимание всегда будет собрано и не станет рассеиваться на посторонние вещи.



КАК ПОВЫСИТЬ ВНИМАТЕЛЬНОСТЬ И НАУЧИТЬ УСИДЧИВОСТИ?

Вот несколько правил, которым необходимо следовать:

- С самого раннего детства с ребенком надо много разговаривать; рассказывать, показывать что-то, читать.
- Очень важно соблюдать режим дня, выполнять одни и те же действия в определенное время. Если вы не ходите в сад (заболели или отдыхаете), режим дня очень важен для ребенка. Старайтесь соблюдать режимные моменты.
- Не давайте ребенку сразу много игрушек. Обилие игрушек будет его только отвлекать. Оставьте ребенку 2-3 игрушки для игры. 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.

Вот несколько эффективных занятий для развития усидчивости у детей. Эти виды деятельности требуют концентрации внимания, учат ребенка действовать по образцу, они помогут воспитать усидчивость.

- Читаем сказки каждый день.
- Раскрашиваем карандашами, мелками или красками.
- Занимаемся лепкой из пластилина, глины.
- Создаём различные поделки, аппликации.
- Создаём рассказ с ребенком по картинкам (что ребенок видит на картинке)
- Ищем отличия между двумя картинками.
- Конструируем вместе с ребенком.
- Игры с крупами или мелкими предметами (перебираем, сортируем)
- Игры с пуговицами, прищепками, со счетными палочками.
- Игры с песком.
- Играем с ребенком в настольные игры.
- Собираем пазлы. Пазл – это головоломка, в которой необходимо из отдельных частей



собрать целое. К тому же пазлы помогают развивать механическую и зрительную память, логическое, комбинаторное и творческое мышление, координацию движений и мелкую моторику рук.

Игры для развития усидчивости.

Море волнуется — увлекательная игра. Она нацелена на проявление фантазии ребенка и отчасти помогает развитию усидчивости. **Что внутри?** Игра хорошо развивает мелкую моторику рук и осязание. Также хорошо развивает смекалку и усидчивость ребенка.

Молчанка. Хорошая игра для развития выносливости и усидчивости.

Игры для развития внимания и памяти.

«Супермаркет» — игра в «магазин». Отправляясь за покупками, малыш должен запомнить все нужные предметы, которые нужны купить.

«Карлсон». Привлечь ребенка к уборке и спрашивать, где должна лежать та или иная вещь.

Упражнение «Успокаивающее дыхание» Это упражнение поможет научить усидчивости. Нужно занять удобную позу (и ребенок должен понимать, как ему удобно) и закрыть глаза. Медленно дышать на счет 10..

ВАЖНО:

- Занимаясь с ребёнком, исключите приказной тон. Если вы что-то хотите от ребёнка, то пусть это будет не приказ, а просьба.
- Играйте вместе с ребёнком, покажите ему, как нужно выполнять то или иное задание. Совместная деятельность объединяет семью и пробуждает в ребёнке интерес.
- Не забывайте, что подбирая игры и упражнения, важно учитывать, чтобы они соответствовали возрасту и особенностям ребёнка. Например, некоторые дети кубики собирают очень медленно, детально изучая каждый кубик, а другие дети могут выполнять это задание в быстром темпе.
- Обилие игрушек – не самое лучшее для развития ребёнка. Его внимание от такого разнообразия будет только хуже.
- Очень важно, чтобы занятие нравилось ребёнку, нужно также следить, чтобы он не устал и не потерял интерес. Играя или занимаясь вместе с ребёнком, объясняйте и показывайте ему, как нужно выполнять задания. Ваша совместная деятельность не только пробуждает интерес в ребёнке, а ещё и объединяет семью.
- Не забывайте хвалить ребенка за успехи.

Каждый, будь-то ребенок или взрослый, нуждается в поощрении. Похвала как-то особенно придает нам сил для новых дел.

