Кузнецова Е.И., Заздравных И.И., воспитатели МБДОУ ДС № 40 «Золотая рыбка» Консультация для родителей «Воспитание усидчивости»

Воспитание прилежания у ребёнка 5-7 лет

**Усидчивость** — это способность ребенка к саморегуляции и самоконтролю, она напрямую связана с вниманием. Усидчивость не является врожденным качеством, а формируется в течение всей жизни. Если ребенок усидчив — он способен самостоятельно заниматься поставленной задачей и доводит начатое дело до конца.

**Есть две главные причины неусидчивости.**
• **Отсутствие интереса:** ребенку надоела книжка, которую вы читали, железная дорога, которую он запускает каждый вечер; скучно слушать объяснения. В этом случае, как бы вы ни сердились, он не сможет сосредоточиться надолго. Старайтесь чередовать разные виды деятельности, ищите новые пути заинтересовать.
• **Негативный прошлый опыт:** если один раз ребенок не справился с каким- то делом, есть вероятность, что и в дальнейшем будет всячески его избегать.
Такие страхи появляются, если родители не оказывают должной поддержки и больше ругают, чем хвалят.

*Педагогу легче простить плохие знания, невнимательность, отсутствие интереса к учебе, но вот если школьник постоянно мешает вести урок, встает с места без разрешения, отвлекает одноклассников — то есть всеми силами оттягивает на себя силы и внимание, он точно впадет в немилость.*

**Усидчивость нужно развивать постоянно**, как и проводить учебные занятия. Ведь одновременно улучшается память, способность анализировать, выделять главное. Тренируя прилежание, важно
помнить, что для дошкольника главное — игра, и вы не добьетесь многого, через слезы заставляя его по нескольку часов сидеть над однообразным и скучным занятием. Поэтому:
• старайтесь заниматься вместе, совместная деятельность не только пробудит в ребенке больший интерес, но и сблизит вас;
• забудьте о резком приказном тоне — просите, а не требуйте;
• рассказывая о школе, заостряйте внимание на том, как важно уметь быть терпеливым. Объясняйте, что это поможет в будущем, например, для осуществления давней мечты. Приводите примеры из сказок и из жизни великих людей. А вот знакомых — ровесников малыша — в пример лучше не ставить, это может вызвать раздражение, и все старания пойдут насмарку;

• не требуйте от ребенка невозможного. Даже если вы видели по телевизору девочку, которая к семи годам решает логарифмические уравнения в уме, а крошечный соседкин сын уже умеет готовить лазанью, помните: достаточно того, чтобы ваш ребенок соответствовал возрастным нормам;
• больше занимайтесь творчеством — аппликация, лепка, рисование — это требует концентрации внимания;
• установите обязательное правило: после игры ребенок должен убрать за собой — закрыть краски, сложить пазл в коробку.

**Есть игры, которые помогают тренировать усидчивость:**
• **Море волнуется**
Ведущий становится спиной к игрокам и произносит с волнообразными движениями рук:
«Море волнуется раз,
Море волнуется два,
Море волнуется три,
Морская фигура —
На месте замри!»
В этот момент все участники, принимавшие до того разные позы, должны замереть. Ведущий обходит игроков и рассматривает фигуры (трогать и смешить их нельзя).
Ведущий может сам выбрать того, кто будет водить следующим, либо можно оговорить, что им станет тот, кто первый пошевелится или засмеется.

• **Тише едешь — дальше будешь**
Ведущий встает на расстоянии от игроков и, отвернувшись, произносит: «Тише едешь — дальше будешь... Стоп!» — и разворачивается.
До слова «стоп» участники приближаются к нему, но как только он обернется — замереть на месте. Если кто-то из игроков шевелится, ведущий отправляет его на старт. И снова, отвернувшись, говорит считалку.
Побеждает тот, кто первым коснется плеча ведущего.

• **Индейцы**
Участники встают в широкий круг, а ведущий — посередине, закрыв глаза. Игроки начинают тихонько, маленькими шажками подкрадываться к нему, а он, услышав малейший шум, показывает в сторону, откуда он доносился, и игрок, стоящий там, должен сесть на корточки — он выбыл из игры. Выигрывает тот, кто первым дотронулся до ведущего. Такую игру лучше всего проводить на лесной полянке, где под ногами много хрустящих веток.

• **«Золушка»**
Золушка отбирала горох от фасоли — предложите ребенку попробовать справиться с этим заданием.